

Естественное лечение: философия и практика, основанные на единстве болезни и лечения

Генри Линдлар

**Nature Cure: Philosophy & Practice Based
on the Unity of Disease & Cure**

Henry Lindlahr



Электронная книга проекта "Гутенберг" о лечении природой: философия и практика, основанные на единстве болезни и лечения

Эта электронная книга предназначена для использования любым человеком в любой точке Соединенных Штатов и большинства других частей мира бесплатно и практически без каких-либо ограничений. Вы можете скопировать его, раздать или повторно использовать в соответствии с условиями лицензии Project Gutenberg, прилагаемой к этой книге, или онлайн по адресу www.gutenberg.org. Если вы находитесь за пределами Соединенных Штатов, вам необходимо ознакомиться с законами страны, в которой вы находитесь, прежде чем использовать эту электронную книгу.

Название: Лечение природой: философия и практика, основанные на единстве болезни и лечения

Автор: Генри Линдлар

Дата выхода: 1 июля 2003 г. [Электронная книга № 4273]
Последнее обновление: 27 декабря 2020 г.

Язык: Английский

Титры: Представлено Стивом Соломоном

*** НАЧАЛО ПРОЕКТА ЭЛЕКТРОННОЙ КНИГИ ГУТЕНБЕРГА "ЛЕЧЕНИЕ ПРИРОДОЙ: ФИЛОСОФИЯ И ПРАКТИКА, ОСНОВАННЫЕ НА ЕДИНСТВЕ БОЛЕЗНИ И ЛЕЧЕНИЯ" ***

Представлено Стивом Соломоном <ssolomon@soilandhealth.org>

Природное лекарство

Философия и практика, основанные на единстве болезни и лечения

Генри Линдлар, доктор медицины

Эй, вы, страдающие! Знайте, что вы страдаете из-за самих себя. Никто другой не принуждает — никто другой не удерживает вас от того, жить вам или умереть. "—Сиддартха"

ПЕРЕДОВЫМ ВРАЧАМ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

Существует два основных метода лечения болезней. Один - боевой, другой - профилактический. Тенденция современных медицинских исследований и практики в наших великих колледжах и обеспеченных научно-исследовательских институтах почти полностью направлена на борьбу, в то время как индивидуальный, прогрессивный врач учится все больше и больше работать в профилактическом направлении. Лозунг современной медицинской науки гласит: "Убейте микроб и вылечите болезнь". Обычная процедура заключается в том, чтобы дождаться полного развития острых или хронических заболеваний, а затем, по возможности, подавить их с помощью лекарств, хирургических операций и с помощью болезненных продуктов болезни в виде сывороток, антитоксинов, вакцин и т.д. Боевой метод борется с болезнью болезнью, с ядом ядом, с микробами микробами и продуктами их размножения. На языке Хорошей Книги это называется "Вельзевул против дьявола".

Профилактический метод не ждет, пока болезни полностью разовьются и возьмут верх в организме, а концентрирует свои лучшие усилия на предотвращении развития болезней с помощью гигиенического образа жизни и естественных методов лечения. С их помощью он стремится привести человеческое тело в такое нормальное, здоровое состояние, чтобы оно было практически защищено от инфекции или заражения болезнетворными примесями и миазмами, а также от проникновения микробов, бактерий и паразитов.

Вопрос в том, какой метод является наиболее практичным, наиболее успешным и наиболее популярным? Кто выдержит испытание "выживанием наиболее приспособленных" в великой борьбе за существование?

У медицинской профессии есть веские основания быть встревоженной вторжением в ее работу нерегулярных, неортодоксальных систем, школ и культов лечения человеческих недугов; но вместо того, чтобы возмущаться дерзкой самонадеянностью этих незваных гостей, не лучше ли было бы поинтересоваться, нет ли какой-нибудь причины поразительному распространению и популярности этих терапевтических инноваций?

Их успех, несомненно, основан на том факте, что они концентрируют свои лучшие усилия на профилактических, а не боевых методах лечения заболеваний. Люди начинают понимать, что дешевле и выгоднее предотвращать болезни, чем лечить их. Создание и поддержание постоянного, бодрого состояния хорошего здоровья означает большую эффективность умственной и физической работы; большую способность по-настоящему наслаждаться жизнью и наилучшую страховку от неудач и бедности. Следовательно, тот, кто укрепляет здоровье, представляет большую ценность для человечества, чем тот, кто позволяет людям заболеть из-за незнания законов Природы, а затем пытается вылечить их сомнительными методами борьбы.

Говорят, что в Китае врача нанимают и платят ему ежегодно; что он получает определенную стипендию до тех пор, пока члены семьи находятся в добром здравии, но что выплата приостанавливается до тех пор, пока один из его подопечных болен. Если бы какой-то подобный метод привлечения и оплаты медицинских услуг был в моде в этой стране, тенденция медицинских исследований и практики вскоре претерпела бы радикальные изменения.

Специалист по диетологии, водолечебница, специалист по физической культуре, специалист по настройке позвоночника, ментальный целитель и христианский ученый не обращают особого внимания на патологические состояния или симптомы болезни. Они регулируют питание и привычки естественного образа жизни, способствуют выведению токсинов, учат правильному дыханию и полезным физическим упражнениям, исправляют механические повреждения позвоночника, устанавливают правильный ментальный и эмоциональный настрой и, насколько им это удастся, укрепляют здоровье и уменьшают вероятность заболеваний. Успешный врач будущего должен будет соответствовать процессии и больше учить, чем выписывать рецепты.

Я понимаю, что многие утверждения, сделанные в этой книге, покажутся радикальными и иррациональными моим коллегам из обычной медицинской школы. Они скажут, что большая часть моего учения противоречит твердо установленным теориям медицинской науки. Все, о чем я прошу их, - это не судить слишком поспешно; наблюдать, думать и проверять, и я уверен, что они найдут подтверждение на реальном опыте многим учениям Философии естественного лечения. Медицинской науке пришлось отказаться от бесчисленных теорий и практик, которые

когда-то были столь же прочно укоренившимися, как некоторые из любимых теорий современности.

Ни одним из утверждений, сделанных в этой книге, я не хочу отрицать необходимость боевых методов при определенных обстоятельствах. Что я хотел бы подчеркнуть, так это то, что обычная медицинская школа тратит слишком много своих усилий на борьбу и недостаточно на профилактику. Было бы глупо отрицать необходимость хирургического вмешательства при травматизме и в ненормальных состояниях, требующих механических средств коррекции или лечения.

Такая необходимость, например, будет существовать в определенных акушерских случаях до тех пор, пока женщины не научатся или не захотят жить таким образом, чтобы сделать хирургическое вмешательство при рождении ребенка ненужным. То же самое верно и в отношении лечения микробных заболеваний. До тех пор, пока люди продолжают нарушать законы своего бытия и тем самым превращают свои тела в плодотворную среду для размножения болезнетворных микробов и паразитов, которые неизбежно провоцируют воспалительные, лихорадочные процессы (усилия природы по очищению и заживлению), врачу придется прибегать к мерам борьбы и соблюдать меры предосторожности против инфекции, но они должны быть в гармонии с усилиями Природы, а не противоречить им и подавлять; они должны стремиться сохранять, а не разрушать.

Натуральная диетология, голодание, водолечение, остеопатия, хиропрактика и психотерапия являются как боевыми, так и профилактическими средствами, но при правильном применении они никоим образом не наносят вреда организму и не вмешиваются в замысел Природы и ее методы. Этого нельзя сказать о большей части хирургического и медикаментозного лечения старой школы медицины. Мы критикуем и осуждаем только те методы, которые являются подавляющими и разрушительными, а не лечебными.

Во многих случаях предупреждения и учения Философии естественного лечения уже были подтверждены, и медицинской науке пришлось прислушаться к ним и принять их. Сторонники естественного лечения протестовали против варварской практики отказа от воды пациентам, сгорающим в лихорадочном состоянии, и против исключения доступа свежего воздуха в комнату больного по приказу врача. Лечение брюшного тифа холодной водой и без лекарств, лечение водой других острых заболеваний, а также лечение туберкулеза на открытом воздухе были навязаны медикам людьми, лечащими природу. Последние более полувека лечат все воспалительные, лихорадочные заболевания, от простой простуды до скарлатины, дифтерии, цереброспинального менингита, оспы, аппендицита и т.д. и т.п., с помощью водолечения, голодания и других естественных методов, вообще не прибегая к использованию ядовитых лекарств, антитоксинов и хирургических операций.

За много лет до того, как ужасные последствия лечения рентгеновскими лучами, экстирпации яичников, матки и других жизненно важных органов стали настолько очевидными, что врачи обычной школы больше не могли их игнорировать, врачи-естественники решительно предостерегали от этих неестественных практик и обращали внимание на их разрушительные последствия.

Еще десять лет назад, когда рентгеновские лучи пользовались большой популярностью при лечении рака, волчанки и других заболеваний, я предостерегал от использования этих лучей,

утверждая, что их вибрационная скорость слишком высока и мощна, а следовательно, разрушительна для тканей человеческого тела. С тех пор как рентгеновские лучи потерпели неудачу и была обнаружена радиоактивность, лучи и эманации радия и других радиоактивных веществ широко рекламируются и используются в качестве терапевтических средств, но эти лучи также находятся далеко за пределами вибрационных диапазонов физического тела по скорости и мощности. Следовательно, еще предстоит выяснить, не перевешивают ли их вредные побочные эффекты в долгосрочной перспективе их благотворное воздействие.

Разрушительное действие этих мощных лучей, так же как и неорганических минералов, очень медленное и коварное, проявляющееся только в течение многих лет. Таким образом, эта новая область терапии еще не прошла стадию опасных экспериментов.

Неорганические минералы оказываются вредными и разрушительными для тканей человеческого тела, потому что у них слишком низкая скорость колебаний и слишком грубая молекулярная структура.

Намерение и цель этой книги - предостеречь от использования деструктивных методов борьбы и пренебрежения превентивными конструктивными и консервативными методами. Если эти учения внесут какой-то вклад в достижение этой цели, они выполняют свою миссию.

Автор

Чикаго, ноябрь 1913г.

Введение

Именно следующее письмо мистера Уильяма Лаудена редактору ~ "Культуры здоровья" ~ побудило автора издавать ~ "Журнал Nature Cure" ~ (выходил с ноября 1907 по октябрь 1909 года). В серии книг, из которых это первый том, он попытается собрать и систематизировать все свои прежние работы в ~ "Журнале Nature Cure", "Культуре здоровья", "Жизни и действии", ~ ~ "Натуропате", ~ ~ "Фольксрате" ~ и других публикациях, а также дополнить их новым материалом, полученным в результате дальнейших исследований и более широкого опыта.

Мистер Альберт Тернер,

Редактор журнала ~ "Культура здоровья".~

УВАЖАЕМЫЙ СЭР, я пишу, чтобы спросить, какую книгу или брошюру, по вашему мнению, лучше всего дать в руки людям в целом в отношении сохранения здоровья. Я знаю, что существует ряд очень превосходных публикаций, но, как правило, они касаются определенных деталей или этапов рассмотрения вопроса и не начинаются с великих основополагающих принципов таким образом, чтобы привлечь и удержать внимание масс. Один отстаивает один план, а другой - совершенно другой, а иногда и прямо противоположный план — например, противопоставление сырой и тщательно приготовленной пищи; строго вегетарианская диета и ментальная культура вместо внимания ни к тому, ни к другому и т.д. Такое положение дел сбивает с толку обычных людей и заставляет их верить, что все сторонники реформ здравоохранения находятся в тупике, и то, что хорошо для одного, не хорошо для другого, или, говоря обычным языком, "то, что для одного человека мясо, для другого яд".

Теперь я знаю, что это естественно и, несомненно, лучше всего, что по любому вопросу должны быть разные мнения, но в то же время, если какое-либо движение должно увенчаться большим успехом, должны быть некоторые основополагающие принципы, с которыми все должны соглашаться, и их следует выдвигать на первый план, чтобы привлекать и удерживать внимание людей, вместо расходящихся деталей, по которым они расходятся. Если эти фундаментальные законы и принципы будут тщательно изучены и четко определены, может оказаться, что они объяснят расхождения между различными теориями и что при определенных условиях один план является лучшим, а при других условиях более применим другой план и т.д. Выдвижение этих фундаментальных принципов на передний план также привело бы к исправлению ошибок, в которые впадали разные теоретики, и, безусловно, сделало бы различные теории более однородными и более понятными людям в целом, чем в настоящее время.

На мой взгляд, общие фундаментальные принципы жизни и здоровья - это то, что людям нужно понимать больше, чем что-либо другое. Без этого большинство деталей будут бессмысленными или, по крайней мере, сбивающими с толку догмами. Под этими фундаментальными принципами я подразумеваю не детали анатомии или, если уж на то пошло, детали чего-либо еще, а общие правила, управляющие жизнью и смертью, чтобы люди могли знать, к какому пути они стремятся, и могли понять множество иллюзий, которыми окружены жизнь и смерть, а также все остальное в природе.

Искренне ваш,

УИЛЬЯМ ЛАУДЕН

Louden Mfg. Co.,

Фэрфилд, Айова.

Настоящий том и другие книги "Nature Cure Series", которые последуют за ним, представляют собой попытку ответить на запрос мистера Лаудена, сформулировать и разъяснить фундаментальные законы здоровья, болезней и излечения, которые он и многие другие безуспешно искали. Кто из вас в то или иное время не думал и не чувствовал себя подобно мистеру Лаудену и в сомнении и недоумении озвучивал вопрос Пилата,

Что такое Истина?

Точной информации и рационального метода обучения, которые ищет мистер Лауден, до сих пор не хватало в литературе по культуре здоровья.

Многие, действительно, готовы показать путь к физическому, умственному и моральному совершенству. Сотни, да, тысячи различных культов, измов, учителей, книг и периодических изданий посвящены этим предметам, но их учения настолько разнообразны, настолько противоречивы и сбивают с толку, что человек приходит в замешательство среди постоянно растущих свидетельств. Как это часто бывает при изучении сложных предметов, чем больше человек читает и чем больше слышит, тем меньше он знает. Я полагаю, что никто так поразительно не описал это состояние всеобщей растерянности, как мистер Лауден в своем превосходном письме.

Тем не менее, эти простые фундаментальные законы и принципы действительно существуют. Они должны существовать, потому что все в Природе, включая процессы здоровья, болезни и излечения, рождения, жизни и смерти, подчинено закону и порядку.

Аллопатия, или медицинская наука Старой школы, признает, что ей неизвестны эти фундаментальные принципы; что она исходит не из глубинных причин, а из внешних симптомов и личного опыта. Следовательно, он, по собственному признанию, полон сомнений, ошибок и путаницы; короче говоря, эмпирический - и неизбежно неудачный.

Многие проповедники естественного лечения, гигиены и культов здоровья случайно натыкались на некоторые законы природы и истинные методы исцеления, но не смогли понять и сформулировать общие основополагающие принципы. По этой причине они часто отчасти правы, а отчасти ошибаются и очень склонны переусердствовать с определенными методами, пренебрегая другими, столь же эффективными и существенными, или даже более того.

В этих томах я попытаюсь сформулировать и разъяснить некоторые фундаментальные законы и принципы, лежащие в основе таких явлений, как жизнь и смерть, здоровье, болезнь и излечение, и попытаюсь установить в свете этих законов, сколько истины и сколько заблуждения, сколько пользы и сколько вреда может содержаться в различных теориях и системах жизни и исцеления.

Природа обязана Создать Точную Науку

Одна из причин, по которой природное лечение не пользуется большей популярностью у медиков и общественности, заключается в том, что оно слишком простое. На обычный ум больше производит впечатление запутанное и таинственное, чем простое и исполненное здравого смысла.

Однако фактом остается то, что "точная наука" сводит сложность и путаницу к простоте и ясности. Наука становится точной наукой только тогда, когда открыты лежащие в ее основе законы, которые соотносят и объединяют разрозненные факты и теории.

Эти простые законы, правильно понятые и применяемые, сделают для медицинской науки то, что закон всемирного тяготения сделал для физики и астрономии, и то, что законы химического сродства сделали для химии, они поставят медицинскую науку в ряд точных наук. Понимание и правильное применение этих истин объяснит каждый факт и явление в процессах здоровья, болезни и излечения и позволит учащемуся рассуждать от простых естественных законов и принципов к их логическим следствиям. "Обычная" школа медицины до сих пор пыталась построить медицинскую науку на наблюдении "эффектов" и "переживаний", но поскольку один фундаментальный закон природы может вызывать миллион, казалось бы, различных эффектов, становится самоочевидным, что совершенно невозможно основать точную науку на таких неопределенных и противоречивых доказательствах.

Поняв первичные законы и принципы, становится легко рассуждать на их основе и объяснять с их помощью различные явления, которые они порождают. В этом заключается заслуга и достижение философии лечения природой.

ДРЕВО БОЛЕЗНИ УПАС

ЗЛО - ЭТО НЕ СЛУЧАЙНОСТЬ, НЕ ПРОИЗВОЛЬНОЕ НАКАЗАНИЕ, НЕ ВСЕГДА "ОШИБКА СМЕРТНОГО РАЗУМА". ЭТО ЕСТЕСТВЕННЫЙ И НЕИЗБЕЖНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ НАРУШЕНИЯ ЗАКОНОВ ПРИРОДЫ. ОНА НОСИТ ПОУЧИТЕЛЬНЫЙ И КОРРЕКТИРУЮЩИЙ ХАРАКТЕР И БУДЕТ ОСТАВАТЬСЯ С НАМИ ТОЛЬКО ДО ТЕХ ПОР, ПОКА МЫ БУДЕМ НУЖДАТЬСЯ В ЕЕ СПАСИТЕЛЬНЫХ УРОКАХ.

Глава I

Что ~Такое~ природное лечение?

Это гораздо больше, чем система лечения боли; это полная революция в искусстве и науке жизни. Это практическая реализация и применение всего, что есть хорошего в естествознании, философии и религии. Как и многие другие мировые революции и реформации, она зародилась в Германии, стране мыслителей и философов.

Около семидесяти лет назад это величайшее и наиболее благотворное из реформационных движений было открыто Присницем в Графенберге, маленькой деревушке в Силезских горах. Создатель Nature Cure был простым фермером, но у него был природный гений в искусстве врачевания.

Его фармакопея заключалась не в ядовитых пилюлях и микстурах, а в обильных физических упражнениях, свежем горном воздухе, водных процедурах в прохладных сверкающих ручьях и простой, полезной деревенской пище, состоящей в основном из черного хлеба, овощей и свежего коровьего молока, вскармливаемого питательными горными травами.

Результаты, достигнутые с помощью этих простых средств, были замечательными. Перед его смертью вокруг его лесного дома вырос большой санаторий, наполненный пациентами со всего мира и из всех слоев общества.

Среди тех, кто совершил паломничество в Графенберг, чтобы стать пациентами и учениками этого гениального целителя, простодушного фермера-врача, были богатые купцы, принцы и врачи со всего мира.

Идея лечения без лекарств быстро распространилась по Германии и по всему цивилизованному миру. На Родине аптекарь Хан, ткачиха Куне, фабрикант Рикли, священник патер Кнайпп, врач Ламанн и Турнватер Ян, основатель физической культуры, стали восторженными учениками и последователями Присница.

Каждый из этих людей расширил и обогатил какую-то особую область великого царства естественного исцеления. Одни разработали лечение водой и натуральную диететику, другие изобрели различные системы манипулятивного лечения, лечение землей, воздухом и светом, магнитное исцеление, ментальную терапию, лечебную гимнастику и т.д., и т.п. Фон Пекзели добавил диагностику по глазу, которая раскрывает не только самые сокровенные секреты человеческого организма, но и природные способы лечения, а также изменения к лучшему или к худшему, постоянно происходящие в организме.

В этой стране доктор Тралл из Нью-Йорка, доктор Джексон из Дэнвилла, доктор Келлогг из Батл-Крика и другие подхватили инфекцию и пересекли океан, чтобы стать студентами Присница.

Достижения этих людей в их соответствующих областях деятельности станут непреходящими памятниками вечным истинам, открытым гением Nature Cure.

Квимби, странствующий спиритуалист и целитель, добился успеха и известности благодаря применению естественных методов лечения. Сначала его любимыми методами были вода, массаж, магнитное и ментальное лечение. Постепенно он сосредоточил свои усилия на метафизических методах лечения и перед смертью разработал полную систему магнетической и ментальной терапии.

Учения и методы Квимби были приняты миссис Эдди, его самой восторженной ученицей, и ею же преобразованы в Христианскую науку, новейший и наиболее успешный из современных культов ментального исцеления.

Доктор Стилл из Кирксвилла, штат Миссури, внес ценный вклад в естественные методы лечения, изобретя остеопатию, систему научных манипуляций с костными структурами, нервами и нервными центрами, мышцами и связками. Более поздним развитием манипулятивной науки является хиропрактика, зародившаяся доктором Палмером из Давенпорта, штат Айова. Таким образом, простые пионеры немецкого естественного лечения, каждый из которых от Природы наделен инстинктом и гением истинного целителя, которым рождаются, а не становятся, заложили фундамент современного всемирного движения за культуру здоровья.

Они не были ослеплены или сбиты с толку противоречивыми теориями книг и авторитетных источников или действием тысячи различных лекарств на легион различных симптомов, но применяли здравый смысл к решению проблем здоровья, болезней и излечения.

Они отправились за вдохновением в поле и лес, а не в мрачную атмосферу анатомических кабинетов и вивисекционных секций. Они изучали целое, а не только части, причины, а также следствия и симптомы. Понимая, что человек утратил свой естественный инстинкт и далеко отклонился от путей Природы, они изучали естественные привычки животных и подражали им, а не запутанным доктринам школ.

Таким образом, они провозгласили "возвращение к природе" и "новое евангелие здоровья", которым суждено освободить человечество от разрушительного влияния алкоголизма, переедания красного мяса, пристрастия к наркотикам и табаку, а также от отравления наркотиками, вакцинации, хирургических вмешательств, вивисекции и тысячи других злоупотреблений, практикуемых во имя науки.

Когда родители научатся создавать детей в соответствии с законами природы, как придать их телам и характерам гармонию и красоту до того, как новая жизнь увидит свет, когда они научатся воспитывать своих отпрысков в здоровом теле и чистоте ума в гармонии с законами их бытия, тогда у нас появятся настоящие образцы прекрасной мужественности и женственности, тогда дети больше не будут проклятием и обузой для них самих и для тех, кто производит их на свет или для общества в целом.

Эти мысли - не просто мечты провидца. Когда мы видим чудесные изменения, происходящие в человеке за несколько месяцев или лет рационального образа жизни и лечения, не кажется невозможным или невероятным, что эти идеалы могут быть реализованы в течение нескольких поколений.

Дети, рожденные таким образом и воспитанные в гармонии с законом, станут будущими хозяевами земли. Им не понадобятся ни золото, ни влияние, чтобы победить в жизненной гонке — их врожденные силы тела и души сделают их победителями в любых обстоятельствах. Последствия алкоголизма, отравления наркотиками и сексуальных извращений покажутся жалкими по сравнению с мужественностью и женственностью истинной и благородной аристократии здоровья.

Глава II

Катехизис естественного лечения

Философия естественного лечения основана на науках, имеющих дело с недавно открытыми или переоткрытыми естественными законами и принципами и с их применением к таким явлениям, как жизнь и смерть, здоровье, болезни и излечение.

Каждая новая наука, воплощающая новые способы мышления, требует точных способов выражения и новых определений уже хорошо известных слов и фраз.

Поэтому мы постарались как можно точнее определить определенные слова и фразы, которые передают значения и идеи, присущие учению Nature Cure.

Тем, кто изучает лечение природой и смежные дисциплины, будет полезно внимательно изучить эти определения и сформулированные принципы, поскольку они содержат суть нашей философии и значительно облегчают ее понимание.

(1) Что такое природное лечение?

Лечение природой - это система построения всего существа в гармонии с созидательным принципом Природы на физическом, ментальном, моральном и духовном планах бытия.

(2) Каков Конструктивный принцип в Природе?

Созидающий принцип в Природе - это тот принцип, который созидает, улучшает и ремонтирует, который всегда приводит к совершенному типу, чья деятельность в Природе обозначается как эволюционная и созидательная и который противостоит разрушительному принципу в Природе

(3) Что является Разрушительным принципом в Природе?

Разрушительный принцип в Природе - это тот принцип, который разлагает и разрушает существующие формы и типы и чья деятельность в Природе обозначается как деволуционная и разрушительная.

(4) Что является нормальным или естественным?

Нормальным или естественным является то, что находится в гармоничной связи с жизненными целями индивида и конструктивным принципом Природы.

(5) Что такое здоровье?

Здоровье - это нормальная и гармоничная вибрация элементов и сил, составляющих человеческое существо на физическом, ментальном, моральном и духовном планах бытия, в соответствии с созидательным принципом Природы, применяемым к индивидуальной жизни.

(6) Что такое болезнь?

Болезнь - это ненормальная или негармоничная вибрация элементов и сил, составляющих человеческое существо на одном или нескольких планах бытия, в соответствии с разрушительным принципом Природы, применяемым к индивидуальной жизни.

(7) Что является основной причиной заболевания?

Основной причиной заболеваний, за исключением случайных или хирургических повреждений человеческого организма и окружающей среды, враждебной для жизни человека, является нарушение законов природы.

(8) Каково влияние нарушения Законов Природы на физический организм человека?

Последствиями нарушения Законов природы для физического организма человека являются:

Пониженный жизненный тонус. Ненормальный состав крови и лимфы.
Накопление отходов жизнедеятельности, болезнетворных веществ и ядов.

Эти состояния идентичны болезням, потому что они имеют тенденцию снижать, затруднять или ингибировать нормальную функцию (гармоничную вибрацию) и потому что они порождают и способствуют разрушению живых тканей.

(9) Что такое острое заболевание?

То, что обычно называют острым заболеванием, на самом деле является результатом усилий Природы по выведению из организма отходов жизнедеятельности, посторонних веществ и ядов, а также по восстановлению поврежденных живых тканей. Другими словами, каждое так называемое острое заболевание является результатом очищающих и целебных усилий Природы. Настоящая болезнь - это снижение жизненного тонуса, ненормальный состав жизненно важных жидкостей (крови и лимфы) и, как следствие, накопление отходов жизнедеятельности и ядов.

(10) Что такое хроническое заболевание?

Хроническое заболевание - это состояние организма, при котором пониженная вибрация (пониженная жизнеспособность) из-за накопления отходов жизнедеятельности и ядов с последующим разрушением жизненно важных частей и органов прогрессирует до такой степени, что созидательные и целебные силы природы больше не способны реагировать на болезненные состояния острыми корректирующими усилиями (кризисами исцеления). Хроническое заболевание - это состояние организма, в котором преобладают патологические факторы, препятствующие острой реакции (кризисам исцеления) со стороны созидательных сил Природы. Хроническое заболевание - это неспособность организма реагировать острыми усилиями или кризисами заживления на конституциональные патологические состояния.

(11) Что такое кризис исцеления?

Кризис исцеления - это острая реакция, возникающая в результате преобладания целительных сил Природы над болезненными состояниями. Его тенденция направлена на выздоровление, и, следовательно, это соответствует конструктивному принципу Природы.

(12) Все ли Острые реакции Являются исцеляющими кризисами?

Нет, бывают кризисы исцеления и кризисы болезни.

(13) Что такое кризис болезни?

Кризис болезни - это острая реакция, возникающая в результате преобладания болезненных состояний над целительными силами организма. Его тенденция ведет к фатальному завершению, и, следовательно, это соответствует разрушительному принципу Природы

(14) Что такое лечение?

Лечение - это перестройка человеческого организма с ненормальных состояний и функций на нормальные.

(15) Какие методы лечения соответствуют Конструктивному Принципу в Природе?

Те методы, которые:

Создайте нормальное окружение и естественные привычки к жизни в соответствии с законами природы. Экономьте жизненную силу. Наращивать кровь на естественной основе, то есть снабжать кровь ее естественными компонентами в правильных пропорциях. Способствовать выведению отходов жизнедеятельности и ядов, никоим образом не нанося вреда организму человека. Пробудить в индивиде в максимально возможной степени сознание личной ответственности и необходимости разумных личных усилий и самопомощи.

(16) Соответствуют ли лекарства Конструктивному Принципу, заложенному в Природе?

Лекарственные средства соответствуют конструктивному принципу Природы в той мере, в какой они сами по себе не являются вредными и разрушительными для человеческого организма и в той мере, в какой они действуют как питание тканей и способствуют нейтрализации и выведению болезнетворных веществ и ядов.

(17) Соответствуют ли Ядовитые лекарства и беспорядочные хирургические операции Конструктивному Принципу в Природе?

Ядовитые наркотики и беспорядочные половые связи обычно не соответствуют конструктивному принципу в Природе, потому что:

Они подавляют острые заболевания или реакции (кризисы), очищающие и целебные усилия Природы. Они сами по себе вредны и разрушительны для жизни человека. Такое лечение укрепляет веру в то, что подчинение Законам Природы, личные усилия и самопомощь можно заменить лекарствами и хирургическими операциями.

(18) Соответствует ли Метафизическое Исцеление Конструктивному Принципу в Природе?

Метафизические системы исцеления соответствуют конструктивному принципу Природы, поскольку:

Они не мешают и не подавляют целительные усилия Природы. Они пробуждают надежду и уверенность (терапевтическую веру) и увеличивают приток жизненной силы в организм.

Они не соответствуют конструктивному принципу в Природе в той мере, в какой:

Они не в состоянии помочь исцеляющим усилиям Природы. Они игнорируют, затемняют и отрицают законы природы и бросают вызов велениям разума и здравого смысла. При лечении болезней они заменяют слепую, догматическую веру в чудотворную силу метафизических формул и молитву о разумном сотрудничестве с созидательными силами Природы ради личных усилий и самопомощи. Они ослабляют сознание личной ответственности.

(19) Соответствует ли Естественное лечение Конструктивному Принципу в Природе?

Природное лечение соответствует конструктивному принципу, заложенному в Природе, потому что:

Она учит, что основной причиной слабости и болезней является неподчинение законам природы. Она побуждает человека к изучению законов природы и демонстрирует необходимость строгого соблюдения этих законов. Это укрепляет сознание личной ответственности человека за состояние своего здоровья и за наследственные состояния, черты характера и склонности своего потомства. Это поощряет личные усилия и самопомощь. Он приспособливает окружающую среду и привычки к жизни в соответствии с законами природы. Это помогает природным усилиям по очищению и заживлению с помощью простых природных средств и методов лечения, которые никоим образом не являются вредными или разрушительными для здоровья и жизни и которые доступны каждому.

(20) Каковы естественные методы ведения жизни и лечения?

Возвращение к Природе путем регулирования приема пищи, питья, дыхания, купания, одевания, работы, отдыха, мышления, нравственной жизни, сексуальной и социальной активности и т.д. На нормальной и естественной основе. Элементарные средства, такие как вода, воздух, свет, земля лечит, магнетизм, электричество и т.д. Химические средства, такие как научный подбор и комбинирование продуктов питания, специальное обогащение рациона натуральными пищевыми концентратами, гомеопатическими лекарствами, простыми экстрактами трав и витохимическими средствами. Механические средства, такие как корректирующая гимнастика, массаж, магнитное лечение, хиропрактика или остеопатические манипуляции и, при показаниях, хирургическое вмешательство. Ментальные и духовные средства, такие как научная релаксация, обычное внушение, конструктивное мышление, молитва веры и т.д.

Глава III

Что такое Жизнь?

В нашем изучении причины и характера болезни мы должны попытаться начать с самого начала, а именно с самой ЖИЗНИ, поскольку процессы здоровья, болезни и излечения являются проявлениями того, что мы называем жизнью, витальностью, элементами жизни и т.д.

Однако, пытаясь постичь тайну жизни, мы вскоре осознаем, что имеем дело с предельным, которое ни один человеческий разум не способен разгадать или объяснить. Мы можем изучать и понимать жизнь только в ее проявлениях, а не в ее происхождении и реальной сущности.

Существуют две преобладающие, но сильно различающиеся концепции природы жизни или жизненной силы: материальная и витальный.

Первый рассматривает жизнь или жизненную силу со всеми ее физическими, ментальными и психопатологическими явлениями как проявления электрической, магнитной и химической активности физически-материальных элементов, составляющих человеческий организм. С этой точки зрения жизнь - это своего рода самовозгорание, или, как выразился один ученый, последовательность брожений.

Однако эта материалистическая концепция жизни уже устарела среди наиболее продвинутых биологов в результате замечательных открытий современной науки, которые быстро наводят мосты между материальной и духовной сферами бытия.

Но в медицине, как ее преподают в обычных школах, все еще преобладает старая, грубая, механическая концепция жизненной силы, и это, как мы увидим, объясняет некоторые из ее серьезнейших ошибок в теории и практике.

Витальная концепция жизни, с другой стороны, рассматривает ее как первичную силу из всех сил, исходящую из великого центрального источника всего могущества.

Эта сила, которая пронизывает, согревает и оживляет всю сотворенную вселенную, является выражением божественной воли, "логоса", "слова" великого творческого разума. Именно эта божественная энергия приводит в движение вихри в эфире, электрические частицы и ионы, из которых состоят различные атомы и элементы материи.

Эти частицы и ионы являются положительными и отрицательными формами электричества. Электричество - это форма энергии. Это разумная энергия; иначе она не могла бы двигаться с той же поразительной точностью в электронах атомов, что и в солнцах и планетах звездной вселенной.

Эта разумная энергия может иметь только один источник: волю и разум Создателя; как выражается Сведенборг, "великого центрального солнца Вселенной".

Если бы этот высший разум забрал свою энергию, электрические заряды (формы энергии), а вместе с ними атомы, элементы и вся материальная вселенная исчезли бы в мгновение ока.

Из этого следует, что грубая материя, вместо того чтобы быть источником жизни и всех ее сложных ментальных и духовных явлений (предположение, на первый взгляд, абсурдное), является всего лишь выражением Жизненной Силы, которая сама по себе является проявлением великого творческого разума, который одни называют Богом, другие Природой, Сверхдушой, Брахмой, Праной и т.д., каждый в соответствии со своим лучшим пониманием.

Именно эта высшая сила и разум, действующие в каждом атоме, молекуле и клетке человеческого тела и через них, являются истинным целителем, природой *vis medicatrix*, которая всегда стремится восстановить совершенный тип. Все, что может сделать врач, - это устранить препятствия и создать нормальные условия внутри и вокруг пациента, чтобы внутренний целитель мог выполнять свою работу с максимальной пользой.

Здесь христианский ученый скажет: "Это именно то, что мы утверждаем. Все есть Бог, все есть разум! Материи нет! Наше отношение к болезням основано на этих фактах".

Ну и что из этого, брат Ученый? Предположим, в конечном счете, что материя - это не что иное, как вибрация, выражение Божественного Разума и Воли. Это, по всем практическим соображениям, не дает мне права отрицать и игнорировать его реальность. Поскольку у меня тело "всего разума", целесообразно ли мне поставить себя на пути локомотива "всего разума", движущегося со скоростью шестьдесят миль в час?

Вопрос не в том, что такое материя в конечном итоге, а в том, как материя влияет на нас. Мы должны принимать ее и обращаться с ней так, как мы ее находим. Мы должны быть столь же послушны законам материи, как и законам высших планов бытия.

Жизнь - это вибрация

В конечном счете, все вещи в Природе, от мимолетной мысли или эмоции до самого твердого куска алмаза или платины, являются формами движения или вибрации. Несколько лет назад физическая наука предположила, что атом - это наименьшая вообразимая часть данного элемента материи; что, хотя он бесконечно мал, он все же представляет собой твердую материю. Теперь, в свете более убедительных доказательств, у нас есть веские основания полагать, что такой вещи, как твердая материя, не существует: что каждый атом состоит из отрицательных и положительных электрических зарядов, действующих в вездесущем эфире и на него; что разница между атомом железа и атомом водорода или любого другого элемента заключается исключительно в количестве содержащихся в нем электрических зарядов или частиц и в скорости, с которой они вибрируют друг вокруг друга.

Таким образом, атом, который считался первичной частицей твердой материи, оказывается сам по себе маленькой вселенной, в которой электрические частицы вращаются или вибрируют друг вокруг друга подобно солнцам и планетам в звездной вселенной. Это объясняет, что мы имеем в виду, когда говорим, что жизнь и материя вибрируют.

Еще в 1863 году Джон Ньюлендс обнаружил, что когда он расположил элементы материи в порядке их атомного веса, они демонстрировали такое же отношение друг к другу, как и тона в музыкальной гамме. Таким образом, современная химия демонстрирует истинность музыки сфер — еще одной визионерской концепции древнего мистицизма. Отдельные атомы сами по себе, а также все атомы материи в их отношениях друг к другу сконструированы и расположены в точном соответствии с законами гармонии. Следовательно, вся звездная вселенная построена на законах музыки.

Все упорядоченное, законное, хорошее, красивое, естественное, здоровое вибрирует в унисон с гармониками этого великого "Диапазона Природы"; другими словами, оно соответствует конструктивному принципу в Природе.

Все беспорядочное, ненормальное, уродливое, неестественное, нездоровое вибрирует в разладе с гармониями Природы. Это соответствует разрушительному принципу в Природе.

То, что мы называем "Неживой природой", прекрасно и упорядоченно, потому что оно играет в гармонии с партитурой Симфонии Жизни. Только человек может играть не в такт. Это его привилегия, если он того пожелает, в силу его свободы выбора и действий.

Теперь мы можем лучше понять определения здоровья и болезни, данные во второй главе "Катехизиса естественного лечения" следующим образом:

"Здоровье - это нормальная и гармоничная вибрация элементов и сил, составляющих человеческое существо на физическом, ментальном, моральном и духовном планах бытия, в соответствии с созидательным принципом Природы, применяемым к индивидуальной жизни".

"Болезнь - это ненормальная или негармоничная вибрация элементов и сил, составляющих человеческое существо на одном или нескольких планах бытия, в соответствии с разрушительным принципом Природы, применяемым к индивидуальной жизни".

Здесь естественным образом возникает вопрос: "Нормальная или ненормальная вибрация из-за чего?" Ответ заключается в том, что вибрационные состояния организма должны находиться в гармонии с установленными Природой гармоничными отношениями в физической, ментальной, моральной, духовной и психической сферах человеческой жизни и действий.

Что такое Установленное Гармоническое соотношение?

Давайте посмотрим, не можем ли мы прояснить это с помощью сравнения. Если часы находятся в хорошем состоянии, с гармоничной вибрацией, их механизм отрегулирован таким образом, что он точно совпадает по времени с вращением нашей земли вокруг своей оси. Установившееся регулярное движение земли формирует основу установившейся гармонической взаимосвязи между вибрациями нормальных, исправных часов и оборотами нашей планеты. Часы должны вибрировать в унисон с гармониками планетарной вселенной, чтобы быть нормальными, или в гармонии.

Подобным образом, все нормальное, естественное, здоровое, хорошее, красивое должно вибрировать в унисон с соответствующими гармониками в Природе.

Послушание - Единственное спасение

Ортодоксальная медицинская наука приписывает болезни в основном случайным причинам: случайному заражению болезнетворными микроорганизмами или паразитами; сквознякам, ознобу, мокрым ногам и т.д.

Набожные люди часто приписывают болезни и другие невзгоды произвольным решениям непостижимого Провидения.

Христианские ученые говорят нам, что грех, страдание, болезнь и все другие виды зла - это всего лишь ошибки смертного разума или продукты больного воображения (хотя это само по себе допускает существование чего-то ненормального или нездорового).

Философия лечения природой представляет рациональную концепцию зла, его причины и цели, а именно: что оно вызвано нарушением Законов природы; что оно является исправительным по своей цели; что его можно преодолеть только соблюдением закона. Нигде нет страданий, болезней или зла любого рода, если только кто-то где-то не был нарушен законом.

Эти нарушения закона могут быть вызваны невежеством, безразличием или своеволием и порочностью. Следствия всегда будут соизмеримы с причинами.

Наука о естественной жизни и целительстве ясно показывает, что то, что мы называем болезнью, в первую очередь является попыткой Природы устранить болезненные вещества и

восстановить нормальные функции организма; что процессы болезни по-своему так же упорядочены, как и все остальное в Природе; что мы должны не сдерживать или подавлять их, а сотрудничать с ними. Таким образом, мы медленно и кропотливо усваиваем важнейший урок о том, что "послушание закону" - это единственное средство предотвращения болезней и единственное лекарство.

Фундаментальный закон исцеления, Закон действия и противодействия, а также Закон кризисов, раскрытый философией Nature Cure, внушают нам истину о том, что в процессах здоровья, болезни и излечения нет ничего случайного; что каждое изменяющееся состояние находится либо в гармонии, либо в противоречии с законами нашего существа; что только путем полной капитуляции и подчинения закону мы можем достичь и поддерживать совершенное физическое здоровье.

Самоконтроль - главный ключ

Таким образом, Nature Cure постоянно и настойчиво напоминает нам о неумолимых фактах естественного права и необходимости соблюдения закона. В этом заключается его огромная образовательная ценность для личности и для расы в целом. Человек, который научился управлять своими привычками и аппетитами так, чтобы соответствовать Законам Природы на физическом плане, и который таким образом восстановил свое физическое здоровье, осознает, что личные усилия и самоконтроль являются Ключом Учителя ко всему дальнейшему развитию также на ментальном и духовном планах бытия; что самообладание и неустанные и бескорыстные личные усилия являются единственным средством самореализации, индивидуального и социального спасения.

Натурист, вновь обретший здоровье и силу благодаря повиновению законам своего существа, наслаждается определенной степенью самодовольства, душевной радости и энтузиазма, которые нельзя объяснить простым обладанием физическим здоровьем. Эти высшие и чистейшие достижения человеческой души являются результатом не простого физического благополучия, а мира и гармонии, которые приходят только от послушания закону. Таков мир, превосходящий понимание.

Глава IV

Единство болезни и лечения

Существует большое сходство между механизмом и функциями часов и человеческого организма. Их благополучие подчиняется схожим основополагающим законам и принципам. Как часы, так и человеческое тело могут функционировать ненормально в результате случайной травмы или неблагоприятных внешних условий, таких как сильная жара или холод и т.д. Однако в нашем настоящем исследовании причин болезней мы не будем рассматривать случайные травмы и враждебную окружающую среду, а ограничимся причинами, возникающими внутри самого организма.

Часы могут перестать вибрировать в соответствии с гармониками нашей планетной вселенной по нескольким причинам. Он может потерять время или остановиться, потому что (1) заводная пружина израсходовала свое усилие, или (2) его детали состоят не из нужных компонентов, или (3) посторонние вещества засоряют или разъедают его механизм.

Подобным образом, существуют три основные причины болезней и преждевременной смерти физического тела. Это:

Пониженный жизненный тонус. Ненормальный состав крови и лимфы.
Накопление болезнетворных веществ и ядов.

В конечном счете, болезнь и все остальное, что мы называем злом, являются результатом нарушения законов природы в мышлении, дыхании, приеме пищи, одевании, работе, отдыхе, а также в моральном, сексуальном и социальном поведении.

В таблицах I и II я попытался представить в краткой и всеобъемлющей форме первичные и вторичные причины или проявления заболеваний и соответствующие естественные методы лечения.

ТАБЛИЦА I

~ЕДИНСТВО БОЛЕЗНИ И ЛЕЧЕНИЯ~

За исключением травмы, пожилого возраста и обстановки, неблагоприятной для жизни человека, все причины заболевания могут быть классифицированы следующим образом.

Нарушения законов природы в мышлении, дыхании, приеме пищи, питье, одежде, работе, отдыхе, а также в моральном, сексуальном и социальном поведении приводят к следующему:

Первичные и вторичные причины заболевания

Первопричины

Снижение жизненного тонуса из-за переутомления, работы в ночное время, излишеств, перевозбуждения, ядовитых лекарств и опрометчивых хирургических операций. Ненормальный состав крови и лимфы обусловлен неправильным подбором и сочетанием продуктов питания, и особенно недостатком органических минеральных солей и других необходимых питательных элементов. Накопление отходов, болезнетворных веществ и ядов из-за первых двух причин, а также неправильного питания, переедания, употребления алкогольных и наркотических стимуляторов, наркотиков (как уличных, так и отпускаемых по рецепту), вакцин, случайных отравлений и, последнее, но не менее важное, из-за подавления острых заболеваний (природных усилий по очищению и исцелению) ядовитыми препаратами и хирургическими операциями.

Вторичные причины

Наследственные и конституциональные проявления сикоза, золотухи, псоры, сифилиса; меркурианство, цинхонизм, йодизм и многие другие формы хронических отравлений. Лихорадка, воспаления, кожные высыпания, хронические выделения из носовых пазух, язвы, абсцессы, микробы, бактерии, паразиты и т.д. Механические подвывихи, деформации и смещения костных структур, мышц и связок; ослабление и потеря разума, воли и самоконтроля, приводящие к негативным, чувствительным и субъективным состояниям, которые открывают путь к нервной прострации, контролю со стороны других личностей (гипнотическое влияние, навязчивая идея, одержимость); различные формы безумия, эпилепсия, малая болезнь и т.д.

Таблица II

~ЕДИНСТВО БОЛЕЗНИ И ЛЕЧЕНИЯ~

В соответствии с тремя основными причинами болезней, Nature Cure признает следующее:

Естественные методы лечения

1. Возвращение к Природе или установление нормальных привычек и окружения, что требует:

Расширение сознания посредством популярного общего и индивидуального образования. Постоянное упражнение разума, воли и самоконтроля. Возвращение к естественным привычкам жизни в мышлении, дыхании, приеме пищи, одежде, работе, отдыхе, а также в моральном, сексуальном и социальном поведении. Исправление механических дефектов и травм с помощью массажа, хиропрактики или остеопатии, хирургического вмешательства и других механических методов лечения.

2. Экономия жизненной силы, которая требует:

Предотвращение растраты жизненной силы путем прекращения всех утечек. Научная релаксация, надлежащий отдых и сон. Правильный выбор пищи, магнитное лечение и т.д. Правильный ментальный настрой.

3. Устранение, которое требует:

Научный подбор и сочетание продуктов питания и питья. Разумное голодание. Гидротерапия (лечение водой). Световые и воздушные ванны, растирание. Хиропрактика или остеопатия, массаж и другие манипулятивные методы лечения. Правильное дыхание, лечебная гимнастика. Такие лекарственные средства, которые будут восстанавливать кровь на нормальной основе и снабжать организм важнейшими минеральными солями в органической форме.

В следующих главах я попытаюсь показать, что все различные формы, фазы и явления болезней, возникающие в организме человека, при условии, что они не вызваны несчастным случаем или внешними условиями, неблагоприятными для существования человека, могут быть отнесены к одной или нескольким из трех основных причин (как указано в таблицах I и II). Когда нам удастся доказать, что все болезни возникают от нескольких простых причин, не будет казаться таким странным и невероятным, что все болезни можно вылечить несколькими простыми, естественными методами жизни и лечения. Если Nature Cure может достичь этого, она подтверждает свое право быть причисленной к точным наукам.

Три основные причины заболеваний

Теперь мы рассмотрим три основные причины болезней одну за другой.

Пониженный жизненный тонус

Существует четко определенный предел хода часов. Когда заводная пружина израсходует свое усилие, механизм останавливается.

Точно так же живые формы растительной, животной и человеческой жизни, по-видимому, созданы природой для того, чтобы существовать определенный промежуток времени в соответствии с законами, управляющими их ростом и развитием. Даже самые здоровые животные, живущие в наиболее благоприятных условиях на свободе Природы, ненамного превышают отведенный им срок жизни и не опускаются намного ниже его. Как правило, чем больше период между рождением и зрелостью, тем дольше жизнь животного.

Все различные семейства млекопитающих, живя на свободе, доживают до срока, отведенного им природой. Человек - единственное исключение. Утверждается, что согласно законам долголетия, его средняя продолжительность жизни должна быть значительно больше ста лет, в то время как согласно статистике страхования жизни, в настоящее время [1913] средний показатель составляет тридцать семь лет. Это показывает огромное расхождение между возможным и фактическим долголетием человека.

Даже этот короткий отрезок жизни не означает ничего иного, кроме слабости, физических и умственных страданий и вырождения для большинства человечества. Посещающие государственные школы врачи в наших крупных городах сообщают, что у семидесяти пяти процентов всех школьников в той или иной степени нарушено здоровье. Глазной диагноз доказывает, что остальные двадцать пять процентов также в той или иной степени подвержены наследственным и приобретенным заболеваниям. Христианская наука утверждает: "Болезней нет". Записи природы в радужной оболочке глаза говорят о том, что совершенного здоровья не бывает.

Эти установленные факты о значительном снижении продолжительности жизни и всеобщей ненормальности человеческой расы сами по себе указывают на то, что где-то в жизненных привычках человека есть что-то радикально неправильное, и что есть достаточные основания для великого движения за реформу здоровья, которое было начато примерно в середине прошлого века пионерами естественного лечения в Германии и которое с тех пор охватило, под множеством различных форм и обликов, все части цивилизованного мира.

Когда люди в целом лучше познакомятся с законами, лежащими в основе дородовой и послеродовой культуры воспитания детей, естественного образа жизни и естественного лечения болезней, люди гораздо ближе приблизятся к норме в плане здоровья, силы, красоты и долголетия. Тогда возникнет истинная аристократия, не с болезненной венозной голубой кровью, но пульсирующая богатой красной кровью здоровья.

Однако, чтобы достичь этого идеала совершенного физического, психического и нравственного здоровья, грядущим поколениям придется придерживаться естественного образа жизни и лечения своих недугов. Нынешнему поколению этого не достичь. Энтузиасты, утверждающие, что с помощью своих особых методов они могут достичь идеального здоровья и прожить полный срок человеческой жизни, обречены на разочарование. Ошибки прошлого настолько искалечили нас, что лучшее, что может сделать большинство из нас, взрослых, - это исправиться, обрести разумный уровень здоровья и несколько приблизиться к тому, что дано природой для полноценной жизни.

Дикие животные, живущие на свободе, сохраняют свою полную силу почти до конца жизни. Охотники сообщают, что среди больших стад буйволов, лосей и оленей самые старые самцы являются правителями и сохраняют свой суверенитет над более молодыми самцами стада

исключительно по причине их превосходства в силе и доблести. Преждевременная старость среди людей, о чем свидетельствует ранний упадок физических и умственных сил, вызвана исключительно нарушением ими Законов Природы почти во всех обычных жизненных привычках.

Положительный для здоровья—Отрицательный для болезни

Чем свободнее приток жизненной силы в организм, тем выше жизнеспособность, тем больше в нем силы, позитивной сопротивляющейся и восстанавливающей силы.

В книге "Гармоники эволюции" нам рассказывается, что в самой основе проявления жизни лежит принцип полярности, который выражается в двойственности и единстве положительного и отрицательного сродства. Колебание позитивного и негативного, желание уравновесить неполную полярность составляют сами приливы и отливы жизни.

Болезнь - это нарушенная полярность. Преувеличенные положительные или отрицательные состояния, будь то физические, ментальные, моральные или духовные, приводят к заболеваниям на соответствующих планах бытия. Пища, лекарства, внушение и все другие различные методы терапевтического лечения оказывают на человека, подвергающегося им, либо положительное, либо отрицательное влияние. Поэтому крайне важно, чтобы врач и каждый, кто желает жить и работать в гармонии с законами Природы, понимали этот важнейший вопрос магнитной полярности.

Пониженная жизнеспособность означает пониженную, более медленную и грубую вибрацию, а это приводит к снижению сопротивляемости накоплению болезнетворных веществ, ядов, болезнетворных зараз, микробов и паразитов. Это то, что мы обычно называем негативным состоянием.

Давайте посмотрим, сможем ли мы объяснить это более полно с помощью простой, но практичной иллюстрации: очень многие из моих читателей, вероятно, видели в действии в летних парках развлечений "человеческую рулетку". Это приспособление состоит из большого колеса, покрытого доской, слегка приподнятого в центре и наклоненного к окружности. Колесо вращается горизонтально, равномерно по отношению к полу. Веселящиеся платят свои пятицентовики за привилегию броситься плашмя на колесо и пытаться уцепиться за него, пока оно вращается со все возрастающей скоростью. Пока колесо движется медленно, за него достаточно легко зацепиться; но чем быстрее оно вращается, тем сильнее центробежная сила стремится сбросить с себя мух-людей, которые пытаются к нему прилипнуть.

Увеличивающаяся отталкивающая сила ускоренного движения колеса может служить иллюстрацией того, что мы называем сильной вибрацией, хорошей жизнеспособностью, естественным иммунитетом или способностью к восстановлению сил. Это положительное условие.

Чем интенсивнее действие жизненной силы, тем быстрее и энергичнее вибрационная активность атомов и молекул в клетках, а также клеток в органах и тканях тела. Чем быстрее и энергичнее эта вибрационная активность, тем сильнее отталкивание и изгнание нездоровой материи, ядов и болезнетворных микробов, которые пытаются засорить или разрушить организм.

Здоровье и болезни, обитающие в Камере

Мы не должны забывать, что здоровье или болезнь, в конечном счете, находятся в клетке. Хотя клетка и является крошечным микроскопическим организмом, она является независимым живым существом, которое рождается, растет, ест, пьет, выбрасывает отходы жизнедеятельности, размножается, стареет и умирает, точно так же, как человек, крупная клетка. Если индивидуальная клетка здорова, то и человек, сложная клетка, тоже здоров, и наоборот. Из этого очевидно, что при всех наших рассуждениях о процессах здоровья, болезни и излечения мы должны иметь дело в первую очередь с отдельной клеткой.

Вибрационная активность клетки может быть снижена из-за снижения жизнеспособности, вызванного естественным путем с возрастом, или искусственным путем из-за неправильных привычек образа жизни, неправильного мышления и чувств, переутомления, неестественной стимуляции и различного рода излишеств.

С другой стороны, приток жизненной силы в клетки может быть затруднен, а их вибрационная активность снижена из-за накопления отходов и болезненных веществ в тканях, кровеносных сосудах и нервных каналах организма. Такое засорение будет препятствовать притоку жизненной силы и свободной и гармоничной вибрации клеток и органов тела так же верно, как пыль в часах будет препятствовать нормальному функционированию и вибрации их колесиков и балансиров.

Из этого очевидно, что негативные состояния могут быть вызваны не только чрезмерным усовершенствованием физического организма, но также засорением его отходами и болезненными веществами, которые препятствуют притоку и распределению жизненной силы. Также становится очевидным, что в таких случаях природные методы элиминативного лечения, такие как диета из чистых продуктов, гидротерапия, массаж, хиропрактика, остеопатия и т.д., являются ценными средствами устранения этих препятствий и содействия притоку и свободной циркуляции положительных электрических и магнитных жизненных потоков

Ненормальный состав крови и лимфы

В качестве одной из основных причин заболеваний мы назвали неправильный состав крови и лимфы. Человеческий организм состоит из определенного количества элементов в четко определенных пропорциях. Химия к настоящему времени обнаружила около семнадцати из этих элементов в заметных количествах и установила их функции в экономике организма. Эти семнадцать элементов должны присутствовать в правильных пропорциях, чтобы обеспечить нормальную текстуру, структуру и функционирование составных частей и органов тела.

Клетки и органы получают питание из крови и лимфы. Следовательно, они должны содержать все необходимые организму элементы в правильных пропорциях, и это, конечно, зависит от характера и сочетания пищевых продуктов.

Каждое заболевание, возникающее в организме человека по внутренним причинам, сопровождается дефицитом в крови и тканях определенных важных минеральных элементов (органических солей). Несомненно, большинство этих заболеваний вызваны несбалансированным питанием или отравлением продуктами питания и напитками. Неправильное сочетание продуктов питания, с одной стороны, создает переизбыток отходов и болезнетворных веществ в организме, а с другой стороны, не обеспечивает поступление

полезных минеральных элементов или органических солей, от которых зависит выведение отходов и системных ядов из организма.

Следовательно, основная проблема естественной диетологии и естественного медицинского лечения заключается в том, как восстановить и поддерживать положительный состав крови и организма в целом путем обеспечения в пище, напитках и лекарствах обильного поступления полезных минеральных солей в органической форме.

Накопление болезнетворных веществ и ядов

Это третья из основных причин заболеваний. Мы узнали, как пониженный жизненный тонус и ненормальный состав жизненных жидкостей способствуют задержке системных ядов в организме. Если в дополнение к этому пища и напитки содержат слишком много углеводов, углеводородов и белков, образующих отходы, и недостаточно выводящих положительные минеральные соли, то в организме неизбежно накапливаются отходы и болезнетворные вещества, что приводит к засорению тканей кислотными осадками и землистыми отложениями.

Такое накопление отходов и болезнетворных веществ в крови и тканях вызывает подавляющее большинство всех заболеваний, возникающих в организме человека. Это будет полностью объяснено в следующих главах, посвященных причинно-следственным связям с острыми и хроническими заболеваниями.

Более вредными и опасными, и их труднее устранить, чем различные виды системных ядов, то есть тех, которые возникли внутри организма, являются лекарственные яды, особенно когда они вводятся в неорганической минеральной форме. Здоровье зависит от обильного притока жизненной силы, от беспрепятственной, нормальной циркуляции жизненно важных жидкостей и от совершенного насыщения кислородом и сгорания топлива. Все, что мешает этим основам, вызывает болезни; все, что способствует им, укрепляет здоровье. Ничто так не препятствует притоку жизненной силы, свободной и нормальной циркуляции крови и лимфы, насыщению кислородом и сжиганию пищевых материалов и системных отходов, как накопление болезнетворных веществ и ядов в тканях тела.

Я попытался более полно объяснить это в связи со снижением жизнеспособности. Давайте теперь посмотрим, как психические и эмоциональные состояния влияют на болезнь и здоровье.

Ментальные и эмоциональные Воздействия

Наше ментальное и эмоциональное состояние оказывает мощнейшее влияние на приток и распределение жизненной силы. Автор Великой работы [~Великая работа: созидательный принцип природы в индивидуальной жизни, ~ Джона Эммета Ричардсона (1853-1935), Индо-Американская книжная компания, Чикаго, Иллинойс, 1907.] наиболее наглядно описал в главе о самоконтроле, как страх, беспокойство, тревожность и все родственные эмоции создают в системе условия, подобные замораживанию; как эти разрушительные вибрации замораживают ткани, закупоривают каналы жизнедеятельности и парализуют жизненно важные функции. Он показывает, как эмоциональные состояния нетерпения, раздражительности, гнева и т.д. оказывают нагревающее, разъедающее действие на ткани тела.

Аналогичным образом, все другие деструктивные эмоциональные вибрации препятствуют притоку и нормальному распределению жизненных сил в организме и через него, в то время

как, с другой стороны, конструктивные эмоции веры, надежды, жизнерадостности, счастья и любви оказывают расслабляющее, гармонизирующее влияние на ткани, кровеносные сосуды и нервные каналы тела, таким образом широко открывая шлюзы жизненных сил и внося диссонансы слабости, болезней и недовольства в гармонику бодрого здоровья и счастья.

Давайте посмотрим, как разум управляет материей и как это влияет на изменяющиеся условия физического тела. Жизнь проявляется через вибрацию. Оно воздействует на массу, воздействуя через мельчайшие ее частицы. Изменения в физическом теле вызываются вибрационными изменениями в атомах, молекулах и клетках. Здоровье - это удовлетворенная полярность, то есть уравнивание положительных и отрицательных элементов в гармоничных вибрациях. Все, что нарушает свободную, энергичную и гармоничную вибрацию мельчайших частей и частиц, составляющих человеческий организм, имеет тенденцию нарушать полярность и естественное сродство, вызывая тем самым разлад или болезнь.

Когда мы полностью осознаем эти факты, мы не будем так сильно благоговеть перед нашими физическими телами. В прошлом мы думали о теле как о твердой и невесомой массе, которую трудно контролировать и изменять. Эта концепция оставила нас в состоянии полной беспомощности и безнадежности перед лицом слабости и болезней.

Теперь мы думаем о теле как о состоящем из мельчайших частиц, вращающихся друг вокруг друга внутри атома на относительно огромных расстояниях. Мы знаем, что подобным образом вибрируют атомы в молекуле, молекулы в клетке, клетки в органе и органы в теле; целое способно изменяться за счет изменения вибраций его частиц.

Таким образом, некогда твердая физическая масса кажется пластичной и текучей, легко колеблемой и изменяемой вибрационными гармониями или диссонансами мыслей и эмоций, а также пищевыми продуктами, лекарствами и терапевтическим лечением.

Согласно старой концепции, разум легко попадал под контроль тела и становился жалким рабом своих физических состояний, охваченный страхом и опасениями при каждом ощущении физической слабости, дискомфорта или боли. Слуги верховодили хозяином дома, и в результате возник хаос. Согласно новой концепции, контроль находится там, где ему и положено быть. Это предполагает настоящий хозяин дома, Человек-Душа, и слуги, физические члены тела, остаются послушными его приказам.

Это новый человек, идеальное порождение новой и высшей философии. Понимая структуру тела, законы его существования и действие жизненных элементов внутри него, сверхчеловек сохраняет совершенное равновесие и уверенность в самых тяжелых обстоятельствах. Воодушевленный безграничной верой в превосходство внутренних целительных сил и поддерживаемый силой своей суверенной воли, он управляет своим телом так же безупречно, как художник управляет своей скрипкой, настраивая ее вибрации на природную гармонию здоровья и счастья.

Глава V

Единство острых заболеваний

В предыдущей главе я попытался объяснить три основные причины болезней, а именно: (1) снижение жизнеспособности, (2) ненормальный состав крови и лимфы, (3) Накопление отходов жизнедеятельности, болезнетворных веществ и ядов в Организме.

Теперь мы рассмотрим некоторые из вторичных проявлений, возникающих в результате этих первичных причин. Сверяясь с таблицей на странице 18 (глава 2, интернет-версия), мы находим, что в качестве первой из вторичных причин или проявлений болезни упоминается "Наследственные и конституциональные нарушения".

На первый взгляд может показаться, что наследственность является основной причиной заболевания; но при дальнейшем рассмотрении становится очевидным, что это следствие, а не первопричина. Если родители обладают хорошей жизнеспособностью и чистой, нормальной кровью и тканями, и если они применяют при дородовом и послеродовом лечении ребенка необходимую проницательность и предусмотрительность, наследственности заболевания быть не может. Чтобы развить аномальные наследственные тенденции, родители или более ранние предки, должно быть, по незнанию или бессмысленно нарушили Законы Природы, такое нарушение привело к снижению жизнеспособности и ухудшению состояния крови и тканей.

Женская и мужская зародышевые клетки объединяются и образуют примитивную репродуктивную клетку — прототип брака. Человеческое тело с его миллионами клеток и клеточных колоний развивается в результате размножения с постепенной дифференцировкой репродуктивной клетки. Аномалии его структуры, клеточных материалов и функциональных тенденций воспроизводятся так же верно, как и его нормальные составляющие. В этом заключается простое объяснение наследственности, которое подтверждается реальным фактом не только обычным опытом и научными наблюдениями, но и более определенным образом записями Природы в радужной оболочке глаза.

Радужная оболочка новорожденного ребенка выявляет в своих диагностических деталях не только наследственные заболевания, пониженную сопротивляемость организма и ухудшение поступления жизненно важных жидкостей, но часто особую слабость и ухудшение состояния тех органов, которые были слабыми или больными у родителей. При обычном (неестественном) уходе за младенцем эти наследственные тенденции к слабости и болезням и соответствующие им признаки в радужной оболочке становятся все более выраженными, проходя различные стадии развития от острых детских заболеваний через хронические простудные состояния до заключительных деструктивных стадий.

Перед лицом хорошо установленных фактов наследственности болезней у нас, однако, есть одно утешение: если лечить ребенка в соответствии с учениями философии естественного лечения, ненормальные наследственные отягощения и тенденции могут быть преодолены и устранены в течение нескольких лет. Если мы поместим младенческий организм в правильные условия жизни и лечения, в гармонии с законами его существования, Жизненный Принцип внутри него будет все больше приближаться к созданию совершенного типа. Сотни младенцев "Nature Cure" по всей стране являются живыми доказательствами этого радостного послания всем тем, кто взял на себя или намеревается взять на себя родительские обязанности.

Естественный Иммуитет

В разделе II "Вторичные причины или проявления заболеваний" мы находим упомянутые микробы, бактерии, паразиты, воспаления, лихорадку, кожные высыпания, хронические выделения из пазух носа, язвы и т.д.

Современная медицинская наука основана на микробной теории болезней и их лечения. Поскольку микроскоп выявил присутствие и, по-видимому, полностью пагубную активность определенных микроорганизмов в связи с определенными заболеваниями, было высказано предположение, что бактерии являются прямыми, первичными причинами большинства заболеваний. Поэтому лозунг сейчас звучит так: "Убейте бактерии (ядовитыми антисептиками, сыворотками и антитоксинами), и вы вылечите болезнь".

Философия Nature Cure рассматривает проблему с другой точки зрения. Микробы не могут быть причиной болезни, потому что болезнетворные микробы также находятся в здоровых организмах. Истинной причиной должно быть что-то другое. Мы утверждаем, что именно отходы и нездоровые вещества в организме дают болезнетворным микроорганизмам возможность размножаться.

Мы рассматриваем микроорганизмы как вторичные проявления болезни и утверждаем, что бактерии и паразиты живут, процветают и размножаются до опасной степени только в ослабленном и больном организме. Если бы это было не так, человеческая семья вымерла бы в течение нескольких месяцев.

Страх, внушаемый бактериальной теорией болезней, часто более разрушителен, чем сами микроорганизмы. У нас находилось под наблюдением и лечением несколько душевнобольных пациентов, чьим своеобразным бредом или мономанией был преувеличенный страх перед микробами, настоящая бактериофобия.

Поддерживайте чистоту и энергию изнутри, и вы не сможете пострадать от болезней и микробов извне.

Бактерии практически вездесущи. Мы поглощаем их с пищей и питьем, мы вдыхаем их с воздухом, которым дышим. Наши тела буквально кишат ими. Последние стадии пищеварительных процессов зависят от активности миллионов бактерий в кишечном тракте.

Следовательно, правильнее всего не пытаться убить микробы, а удалить болезнетворную материю, в которой они живут.

Вместо того, чтобы концентрировать свою энергию на уничтожении микробов, присутствия которых мы не можем избежать, Nature Cure стремится укрепить систему, восстановить нормальное кровоснабжение и лимфу и очистить ткани от их болезненных загрязнений таким образом, чтобы установить естественный иммунитет к разрушительной активности микробов. Все, что способствует достижению этой цели без нанесения вреда организму ядовитыми препаратами или хирургическими операциями, является эффективным природным лечением.

Применять процесс уничтожения микробов без очищения и укрепления организма - все равно что пытаться уберечь дом от грибков и паразитов, ежедневно опрыскивая его карболовой кислотой и другими бактерицидными средствами, вместо того чтобы поддерживать чистоту и уют, наполняя его свежим воздухом и солнечным светом и свободно и энергично используя

веник, щетку и большое количество мыла и воды. Вместо того чтобы очищать его, антисептики и бактерицидные средства только увеличат количество грязи в доме.

Все бактериологи единодушны в утверждении, что различные болезнетворные микробы обнаруживаются не только в телах больных, но и у внешне здоровых людей.

Знаменитый французский бактериолог сообщает, что во рту здорового двухмесячного младенца он обнаружил почти все болезнетворные микробы, известные медицинской науке. Совсем недавно знаменитый врач, назначенный французским правительством для расследования причин туберкулеза, заявил на заседании Международного конгресса по туберкулезу в Риме, что он обнаружил туберкулезные бациллы у девяноста пяти процентов всех обследованных им школьников.

Доктор Ослер, один из величайших ныне живущих медицинских авторитетов, неоднократно упоминает в своих работах, что бациллы дифтерии, пневмонии и многих других опасных заболеваний обнаруживаются в телах здоровых людей.

Неспособность бактерий самих по себе вызывать заболевания дополнительно подтверждается хорошо известными фактами естественного иммунитета к конкретной инфекции. Все человечество в большей или меньшей степени подвержено наследственным и приобретенным болезням, болезненным обременениям и лекарственным отравлениям, возникающим в результате векового нарушения законов природы и подавления острых заболеваний; но даже при почти повсеместных нынешних условиях снижения жизнеспособности, патологической наследственности и физического и умственного вырождения обнаружено, что при идентичных условиях воздействия сквозняков или инфекций только определенный процент людей простудится или подхватит болезнь. Факт естественного иммунитета постоянно подтверждается общим опытом, а также в клиниках и лабораториях наших медицинских школ и научно-исследовательских институтов. Из определенного числа мышей или кроликов, которым были привиты частицы рака, только у небольшого процента развивается злокачественный рост и они погибают от его разрушительного действия.

Развитие инфекционных и заразных заболеваний требует определенной предрасположенности, или, как это называет медицинская наука, "болезненного диатеза". Эта предрасположенность к инфекции заключается в первичных причинах заболеваний, которые мы определили как снижение жизнеспособности, ненормальный состав крови и лимфы, а также накопление отходов жизнедеятельности, болезнетворных веществ и ядов в организме.

Бактерии: вторичные, а не первичные,

Проявления болезни

В предыдущей главе мы узнали, как пониженный жизненный тонус ослабляет сопротивляемость организма атакам и вторжениям болезнетворных микробов и ядов. Кроме того, рост и размножение микроорганизмов зависят от благоприятной, болезненной почвы. Точно так же, как обычные дрожжевые зародыши размножаются только в растворе сахара, так и различные болезнетворные микроорганизмы процветают и размножаются до опасной точки только в своем собственном особом и близком по духу виде болезнетворной материи. Так, бациллы брюшного тифа размножаются в определенных выделениях, которые накапливаются в

кишечнике; бациллы пневмонии лучше всего размножаются в катаральных выделениях легких, а бациллы менингита - в пораженных оболочках головного и спинного мозга.

Доктор Петтенкофер, знаменитый врач и профессор Венского университета, также пришел к выводу, что бактерии сами по себе не могут вызывать болезни, и в течение многих лет он отстаивал свое мнение с лекционных трибун и в своих трудах против практически сплоченной фаланги медиков. Однажды он подкрепил свою теорию практическим тестом. Проводя инструктаж со своим классом в бактериологической лаборатории университета, он взял стакан, в котором находились миллионы живых микробов холеры, и проглотил его содержимое на глазах у студентов. За этим, казалось бы, опасным экспериментом последовала лишь легкая тошнота. В последнее время я неоднократно слышал о людях в этой стране, которые подобным образом подвергали себя заражению, прививке и заражению наиболее опасными видами бактерий и болезнетворных заразных явлений без развития соответствующих заболеваний.

Несколько лет назад доктор Родермунд, врач из штата Висконсин, произвел сенсацию по всей стране, когда смазал свое тело выделениями из язв от оспы, чтобы продемонстрировать своим коллегам-медикам, что здоровый организм не может быть заражен этой болезнью. Его арестовали и поместили в тюрьму на карантин, но не раньше, чем он вступил в контакт со многими людьми. Ни он, ни кто-либо другой, подвергавшийся его воздействию, не заболели оспой.

За десять лет, что я работаю в санатории, мои сотрудники и я сам, применяя различные формы манипулятивного лечения, лично имели дело с тысячами случаев инфекционных заболеваний, и я не помню ни одного случая, когда кто-либо из нас был бы хоть в малейшей степени затронут таким контактом. Обычная чистоплотность, хороший жизненный тонус, чистая кровь и ткани, органы выделения в хорошем, активном состоянии и, последнее, но не менее важное, позитивный, бесстрашный настрой ума практически установят естественный иммунитет к вторжениям и разрушительному воздействию бактерий и болезнетворных примесей. Если имеет место инфекция, организм реагирует на нее воспалительными процессами и с их помощью пытается преодолеть и устранить микроорганизмы и яды из организма.

В этой связи интересно узнать, что опасность для жизни от укусов ядовитых рептилий и насекомых была сильно преувеличена. Согласно распространенному мнению, любой, кого укусит гремучая змея, гила-монстр или тарантул, обречен на смерть, в то время как на самом деле статистика показывает, что только от двух до семи процентов умирают от последствий ран, нанесенных укусами ядовитых рептилий.

В этом, как и во многих других случаях, общественное мнение скорее следует назвать "народным суеверием".

В открытых дискуссиях после моих публичных лекций меня часто спрашивают: "Что правильно делать в случае укуса змеи? Разве вы не дали бы побольше виски, чтобы спасти жизнь жертвы?"

Я убежден, что из семи процентов тех, кто умирает от укуса гремучих змей или других ядовитых змей, значительная часть испускает дух из-за воздействия огромных доз крепкого виски, которые вливают в них, исходя из ошибочного представления, что виски является эффективным противоядием от змеиного яда.

Люди не знают, что уровень смертности от укусов змей настолько низок, и поэтому они приписывают выздоровление виски, точно так же, как выздоровление от других болезней при медицинском или метафизическом лечении приписывается достоинствам конкретного лекарства или метода лечения, а не настоящему целителю, ~ *vis medicatrix nature*, ~ целительной силе Природы, которая в девяноста трех случаях из ста устраняет яд гремучей змеи без ущерба для организма.

Резюмирую: точно так же, как дрожжевые клетки являются не только причиной, но и продуктом брожения сахара, так и болезнетворные микробы являются не только причиной (вторичной), но и продуктом болезненного брожения в организме. Более того, точно так же, как дрожжевые микробы живут и разлагают сахар, болезнетворные микробы живут и разлагают болезнетворные вещества и системные яды.

Таким образом, в некотором смысле микроорганизмы являются в такой же степени продуктом, как и причиной заболевания, и действуют как поглотители или элиминаторы болезнетворных веществ. Чтобы сдерживать разрушительную активность бактерий и не допустить их размножения за пределами опасной черты, Природа прибегает к воспалению и производит свои собственные антитоксины.

С другой стороны, все, что способствует естественному накоплению крови, способствует выведению болезнетворных веществ и, таким образом, ограничивает активность деструктивных микроорганизмов без нанесения вреда организму или угнетения его жизненно важных функций, является хорошей практикой естественного лечения. Таким образом, первое соображение при лечении воспаления должно заключаться в том, чтобы не вмешиваться в его естественное течение.

Различными заявлениями и претензиями, сделанными в этой главе, я не хочу показать, что я против скрупулезной чистоты или хирургической асептики. Отнюдь нет! Это требования здравого смысла. Но я утверждаю, что опасность от микробов и других инфекционных заболеваний заключается в такой же или большей степени во внутренней грязи, как и во внешней нечистоплотности. Чистота и асептика должны идти рука об руку с очищением внутреннего человека, чтобы обеспечить естественный иммунитет.

Глава VI

Законы лечения

Это подводит нас к рассмотрению острых воспалительных и лихорадочных заболеваний. Из сказанного следует, что воспаление и лихорадка являются не первичными, а вторичными проявлениями болезни. В организме не может возникнуть никакой формы воспалительного заболевания, если только не присутствует какой-то враг здоровью, которого Природа пытается преодолеть и избавиться. На этом факте Природы основано то, что я называю фундаментальным Законом лечения.

"Дайте мне лихорадку, и я смогу вылечить любую болезнь". Так Гиппократ, Отец медицины, более двух тысяч лет назад сформулировал фундаментальный закон излечения. Я выразил этот закон в следующем предложении: "Каждое острое заболевание является результатом очищающих и целебных усилий Природы".

Этот закон, если его тщательно понять и применить к лечению болезней, со временем сделает для медицинской науки то, что открытие других законов природы сделало для физики, астрономии, химии и других точных наук. Это превратит медицинский эмпиризм и путаницу прошлого и настоящего в точную науку, продемонстрировав единство болезни и лечения.

Применяя закон в общем виде, это означает, что все острые заболевания, от простой простуды до кори, скарлатины, дифтерии, оспы, пневмонии и т.д., представляют собой усилия Природы по исправлению повреждений или удалению из организма какого-либо болезненного вещества, вируса, яда или микроорганизма, опасного для здоровья и жизни. Другими словами, острые заболевания не могут развиваться в совершенно нормальном, здоровом организме, живущем в условиях, благоприятных для жизни человека. Может возникнуть вопрос: "Если острые заболевания представляют собой усилия Природы по исцелению, то почему от них умирают люди?" Ответ на это таков: жизнеспособность может быть слишком низкой, травма или болезненное обременение слишком большим, или лечение может быть неадекватным или вредным, так что Природа проигрывает битву; тем не менее, острое заболевание представляет собой попытку Природы победить врагов здоровья и жизни и восстановить нормальные, здоровые условия.

Любопытно, что этот фундаментальный принцип естественного лечения и Закон природы был признан и подтвержден медицинской наукой. Самые передовые работы по патологии признают конструктивный и благотворный характер воспаления. Однако, когда дело доходит до лечения острых заболеваний, врачи, похоже, полностью забывают об этом основном принципе патологии и относятся к воспалению и лихорадке так, как если бы они сами по себе были враждебными и разрушительными для здоровья и жизни.

Из этого несоответствия теории и практики проистекают все ошибки аллопатического лечения. Непонимание этого фундаментального закона Исцеления является причиной всей путаницы, царящей среди представителей различных школ целительских наук, и большей части человеческих страданий.

Философия естественного лечения никогда не упускает из виду фундаментальный закон лечения. В то время как аллопатия рассматривает острые болезненные состояния как вредные и враждебные здоровью и жизни сами по себе, как нечто, что можно вылечить (мы должны сказать, подавить) с помощью лекарства или ножа, школа естественного лечения рассматривает эти принудительные уборки как полезные и необходимые, по крайней мере, до тех пор, пока люди будут продолжать игнорировать Законы Природы. Хотя благодаря своим простым, естественным методам лечения Nature Cure легко изменяет течение воспалительных и лихорадочных процессов и удерживает их в безопасных пределах, оно никогда не останавливает и не подавляет эти острые реакции с помощью ядовитых лекарств, сывороток, антисептиков, хирургических операций, внушения или любого другого подавляющего лечения.

Кожные высыпания, фурункулы, язвы, катары, диареи и все другие формы воспалительных лихорадочных состояний являются признаками того, что в организме есть что-то враждебное жизни и здоровью, что Природа пытается удалить или преодолеть с помощью этих так называемых "острых" заболеваний. Чего же тогда можно добиться, подавляя их с помощью ядовитых лекарств и хирургических операций? Такая практика не позволяет Природе продолжать свою работу по очищению и восстановлению и достигать своих целей. Болезненное вещество, которое она пыталась устранить с помощью острых реакций,

выбрасывается обратно в организм. Хуже того, к болезнетворным ядам добавляются лекарственные яды. Стоит ли удивляться, что возникают фатальные осложнения или что острое состояние переходит в хроническое заболевание?

Почему Большая часть аллопатического Материала

Лекарства Состоят из сильнодействующих ядов?

Утверждения, сделанные на предыдущих страницах, являются суровым обвинением обычной медицинской науке, но они указывают на разницу в основных принципах "Старой школы" целительства и философии естественного лечения.

Фундаментальный закон лечения, приведенный в этой главе, объясняет, почему аллопатическая медицинская наука ошибается не только в некоторых вещах, но и в большинстве. Поскольку ортодоксальная концепция болезни неверна, из этого следует, что все, что на ней построено, также должно быть неправильным.

Каким бы образованным ни был человек, если он начинает задачу по арифметике с предложения $2 \times 2 = 5$, он никогда не придет к правильному решению, если будет продолжать считать всю вечность. Точно так же аллопатия не может решить проблему болезни и вылечить до тех пор, пока ее фундаментальная концепция болезни основана на ошибке.

Фундаментальный закон лечения объясняет также, почему подавляющее большинство аллопатических рецептов содержат опасные яды в той или иной форме и почему хирургические операции пользуются большой популярностью у учеников обычной школы.

Ответ аллопатии на вопрос: "Почему вы даете яды?" обычно говорят: "Наша *materia medica* содержит яды, потому что лекарственный яд убивает и устраняет болезнетворный яд". Мы, однако, утверждаем, что лекарственные яды просто парализуют жизненную силу, благодаря чему получают обманчивые результаты аллопатического лечения.

Далее это будет объяснено более полно. Мы узнали, что так называемые острые заболевания - это усилия природы по очищению и исцелению. Все острые реакции представляют собой повышенную активность жизненной силы, приводящую к лихорадочным и воспалительным состояниям, сопровождающимся болью, покраснением, отеком, высокой температурой, учащенным пульсом, катаральными выделениями, кожными высыпаниями, фурункулами, язвами и т.д.

Аллопатия рассматривает эти насильственные проявления жизненной силы как пагубные сами по себе. Все, что будет препятствовать действию жизненной силы, будет, выражаясь языком аллопатов, излечивать (?) острые заболевания. На самом деле, ничто так эффективно не парализует жизненную силу и не повреждает жизненно важные органы, как ядовитые лекарства и нож хирурга. Следовательно, они обязательно должны составлять излюбленные средства лечения (?) обычной медицинской школы.

Эта школа принимает следствие за причину. Он не видит, что локальное воспаление, возникающее в организме, не является болезнью, а просто указывает на местность и метод, с помощью которого Природа из всех сил старается избавиться от болезненных отягощений; что острая реакция локальна, но что ее причины или питатели всегда конституциональны и должны лечиться конституционально. Когда под влиянием рационального, естественного лечения

ядовитые раздражители удаляются из крови и тканей, местные симптомы проходят сами собой; не имеет значения, проявляются ли они в виде прыщей или рака, простой простуды или чахотки.

Закон двойного действия

Повсюду в Природе царит великий Закон действия и противодействия. Вся жизнь колеблется между отдачей и получением, между действием и противодействием. Само дыхание жизни таинственным образом приходит и уходит в ритмичном потоке. Так же вздымается и опускается в приливах лоно Матери-Земли.

В некоторых своих аспектах этот закон называется Законом компенсации, или Законом двойного эффекта. От его действия зависит сохранение энергии.

Великий Мастер выразил этическое применение этого закона, когда сказал:

"Давайте, и дано будет вам... Ибо той же мерой, какой вы отмеряете, будет отмерено вам снова".
— Луки 6:38.

В сферах физической природы отдача и получение, действие и реакция уравнивают друг друга механически и автоматически. То, что мы приобретаем в силе, мы теряем в скорости или объеме, и наоборот. Это позволяет механику, ученому и астроному предсказывать с математической точностью на века вперед результаты определенных действий в Природе.

Великий Закон двойного действия составляет основу наук о целительстве. Он связан с каждым феноменом здоровья, болезни и излечения и управляет ими. Когда я сформулировал фундаментальный Закон излечения словами: "Каждое острое заболевание является результатом целительных усилий Природы", это было всего лишь еще одним выражением великого Закона действия и противодействия. То, что мы обычно называем кризисом, острой реакцией или острым заболеванием, на самом деле является попыткой Природы восстановить здоровье.

Применительно к физической активности организма Закон компенсации может быть выражен следующим образом: "Каждое средство, воздействующее на организм человека, вызывает два эффекта: первый, кажущийся, временный эффект и второй, длительный эффект. Вторичный, длительный эффект всегда противоположен первичному, преходящему эффекту".

Например: Первый и временный эффект холодной воды, нанесенной на кожу, заключается в притоке крови внутрь; но для того, чтобы компенсировать местное истощение, природа отвечает отправкой большего количества крови обратно на поверхность, что приводит к увеличению тепла и улучшению поверхностной циркуляции.

Первым эффектом горячей ванны является вытягивание крови на поверхность; но вторичный эффект направляет кровь обратно внутрь, оставляя поверхность бескровной и охлажденной.

Стимуляторы, как мы увидим позже, оказывают свое обманчивое действие, сжигая резервные запасы жизненной энергии в организме. За этим неизбежно следуют слабость и истощение в точной пропорции к предыдущему возбуждению.

Первичным эффектом расслабления и сна является слабость, онемение и ступор, подобный смерти; вторичным эффектом, однако, является повышение жизненных сил.

Закон двойного действия управляет всем действием лекарств. Первый, временный, сильный эффект ядовитых препаратов при приеме в физиологических дозах обычно обусловлен усилиями Природы по преодолению и выведению этих веществ. Вторичный, длительный эффект обусловлен удержанием лекарственных ядов в организме и их действием на организм.

В теории и практике аллопатия учитывает только первый эффект и игнорирует длительные последствия лекарств и хирургических операций. Он назначает лекарственные средства, первый эффект которых противоположен состоянию болезни. Следовательно, в соответствии с Законом действия и реакции, вторичный, длительный эффект таких средств должен быть сходен с болезненным состоянием.

Обычный, повседневный опыт должен научить нас, что это так, поскольку слабительные и катарсические средства всегда приводят к хроническим запорам.

Побочным эффектом стимуляторов и тонизирующих средств любого рода является повышенная слабость, и их продолжительное применение часто приводит к полному истощению и параличу умственных и физических сил.

Порошки от головной боли, обезболивающие, опиаты, седативные и снотворные средства могут парализовать мозг и нервы до временной потери чувствительности; но, если это вызвано конституциональными причинами, боль, нервозность и бессонница всегда будут возвращаться с удвоенной силой. При обычном приеме эти препараты неизменно приводят к сердечным заболеваниям и параличу и в конечном итоге превращают пациента в наркомана.

Средства от простуды и катара (?), такие как хинин, продукты из каменноугольной смолы и т.д., подавляют усилия Природы по выведению отходов жизнедеятельности и болезнетворных веществ через слизистые оболочки дыхательных путей и загоняют болезнетворные вещества обратно в легкие, вызывая пневмонию, хронические катары, астму и чахотку.

Ртуть, йод и все другие альтернативные вещества, подавляя внешнее выведение, вызывают внутренние хронические заболевания самых ужасных типов, такие как локомоторная атаксия, парез и т.д.

Таким образом, рассказ можно было бы продолжать на протяжении всей ортодоксальной *materia medica*. Каждое лекарство порождает новые симптомы болезни, которые, в свою очередь, излечиваются (?) другими ядами, пока сумасшедший дом или милосердная смерть не опускают занавес над трагедией загубленной жизни.

Преподавание и практика гомеопатии, как объясняется в Главе Двадцать Шестой, полностью согласуются с Законом действия и противодействия. Действуя в соответствии с основным принципом гомеопатии: ~ *Similia similibus curantur*~ или подобное лечит подобным, она применяет средства, первый, временный эффект которых аналогичен болезненным состояниям. Таким образом, в соответствии с Законом двойного действия вторичный эффект этих средств должен быть противоположным условиям заболевания, то есть лечебным.

Глава VII

Подавление против Элиминации

Мое утверждение о том, что традиционное лечение острых заболеваний является подавляющим, а не лечебным, вероятно, будет опровергнуто моими коллегами-медиками. Они будут утверждать, что их методы также рассчитаны на устранение болезнетворных веществ и болезнетворных микробов из системы.

Но каковы факты на практике? Разве это не правда, что препараты из ртути, свинца, цинка и других мощных ядов постоянно используются для подавления кожных высыпаний, фурункулов, абсцессов и т.д., Вместо того чтобы позволить Природе избавить организм с помощью этих кожных заболеваний от золотушных, венерических и псориазных инфекций?

Некоторое время назад доктор Уайли, бывший государственный химик, опубликовал ингредиенты ряда популярных средств от простуды, кашля и катаральных явлений. Каждый из них содержал какой-нибудь сильнодействующий опиат или вяжущее средство. Эти ядовитые препараты облегчают кашель и простудные заболевания, парализуя выделительную деятельность слизистых оболочек носовых ходов, бронхов и легких, органов пищеварения и мочеполовой системы; но при этом они выбрасывают обратно в организм болезнетворные вещества, от которых Природа пытается избавиться, и добавляют лекарственные яды к болезнетворным ядам.

Не менее вредным является подавление с помощью хирургического ножа. Удаление воспаленного аппендикса или пораженных миндалин может оказаться более быстрым и, по-видимому, более эффективным процессом, чем их лечение путем накопления крови и выведения системных ядов естественными методами. Но оперативное лечение не является устраняющим. Это не устраняет из системы первоначальную причину воспаления или ухудшения состояния тканей и органов, но это устраняет выход, созданный природой для выхода болезнетворных веществ.

Эти болезненные отягощения, насильственно удерживаемые в организме, ослабляют и разрушают другие части и органы или влияют на общее состояние здоровья пациента.

Мои собственные наблюдения в течение почти пятнадцатилетнего практического опыта, подтвержденные многими другими добросовестными наблюдателями среди практикующих природолечение, а также врачами других школ и самой аллопатии, положительно доказывают, что средняя продолжительность жизни после серьезной операции, проведенной на важных, жизненно важных частях и органах, составляет менее десяти лет, и что после такой операции общее состояние пациента в подавляющем большинстве случаев не такое хорошее, как раньше.

В следующих параграфах упоминаются некоторые очень распространенные случаи подавления и некоторые из их обычных хронических последствий.

Диарею купируют с помощью настойки опия и других опиатов, которые парализуют перистальтику кишечника и, при повторении, вскоре вызывают хронический запор. Гонорейные выделения и сифилитические язвы контролируются и купируются местными инъекциями, прижиганием и рецептурными препаратами, содержащими ртуть, йод и другие

ядовитые альтернативы, которые эффективно препятствуют попыткам Природы вывести венерические яды из организма.

Гонорейные выделения и сифилитические язвы контролируются и подавляются местными инъекциями, прижиганием, а также рецептами, содержащими ртуть, йод и другие ядовитые альтернативы, которые эффективно предотвращают попытки Природы вывести венерические яды из организма.

Все лихорадочные заболевания в большей или меньшей степени предотвращаются или подавляются антисептиками, жаропонижающими средствами, сыворотками и антитоксинами. Лучшие книги по "Материальной медицине" и профессора колледжей учат, что эти средства снижают температуру, потому что они являются "протоплазматическими ядами"; потому что они парализуют красные и белые кровяные тельца, притупляют сердечную деятельность и дыхание и угнетают все жизненно важные функции.

Нервозность, бессонница и боль подавляются седативными средствами, опиатами и снотворными. Каждое из лекарств, используемых для таких целей, является мощным ядом, который парализует мозг и нервную систему, таким образом препятствуя целительным усилиям Природы и часто препятствуя завершению благотворных исцеляющих кризисов.

Эпилептические приступы и другие формы судорог подавляются, но никогда не излечиваются бромидами, которые притупляют и парализуют мозг и нервные центры. Все, чего добиваются эти седативные средства, - это вызывают со временем идиотизм, различные формы паралича и преждевременную старость.

Однако разве он не считается лучшим врачом, который может наиболее быстро добиться этих и многих подобных обманчивых результатов путем искусственного торможения или стимуляции с помощью самых опасных ядов, найденных на земле?

Перхоть и выпадение волос вызваны выведением системных ядов через кожу головы. Следовательно, дело не в том, чтобы подавить это выведение и тем самым вызвать накопление ядов в мозге, а в том, чтобы остановить выработку яда в организме и способствовать его выведению по естественным каналам.

Средства от перхоти и тоники для волос содержат глицерин, ядовитые антисептики и стимуляторы, которые впиваются в кожу головы и мозг, вызывая головокружение, головные боли, потерю памяти, неврастению, глухоту, слабость зрения и т.д.

Головные вши и подобные им паразиты, обитающие в других частях тела, питаются золотушными и псориазическими пятнами. Когда их употребляют, вши уходят так же, как и появились, никто не знает, откуда и куда.

Это подтверждается тем фактом, что эти вредные насекомые остаются не у всех людей, подвергшихся их воздействию, а только у тех, чьи внутренние или внешние загрязненные условия обеспечивают паразитам средства к существованию.

В ряде случаев мы видели, как "кризисы исцеления" принимали форму появления вшей. В то время пациенты жили в максимально чистых условиях, каждый день принимали различные водные процедуры, и заражение было практически невозможно.

Эти люди неизменно вспоминали, что когда-то в прошлом они были заражены паразитами и что применялись сильные антисептики, ртутные мази или другие средства борьбы с ними.

Мы рекомендуем для удаления вшей только холодную воду и расческу.
Следует избегать использования даже антисептического мыла.

Результаты борьбы с детскими заболеваниями

Сикотические высыпания на головах и теле младенцев, также называемые молочным налетом, если их купать с помощью мазей, сливок, несоленого сливочного масла или просто теплыми ваннами, часто сопровождаются хореей (танцем Святого Витта), эпилепсией, золотушным телосложением, а в более позднем возрасте - туберкулезом.

Корь, скарлатина, дифтерия, спинальный менингит и другие лихорадочные заболевания детского возраста, при надлежащем лечении естественными методами, являются лечебными или, по крайней мере, корректирующими по своему воздействию на организм, и представляют собой четко определенные, упорядоченные естественные процессы устранения наследственных или приобретенных инфекций, лекарственных ядов и т.д. Но если их остановить или подавить до того, как они пойдут своим естественным путем, до того, как Природа успеет восстановить нормальные условия, тогда ненормальное состояние становится фиксированным и постоянным (хроническим).

В дополнение к этому, яды и сыворотки, используемые для остановки процесса заболевания, очень часто воздействуют на жизненно важные части и органы надолго, вызывая постепенное разрушение клеток и тканей и прокладывая путь к туберкулезу, хроническому поражению почек, раку и т.д. В более поздние годы.

Эти самоочевидные факты, которые могут быть проверены любым непредвзятым наблюдателем, объясняют "таинственные последствия" острых заболеваний, леченных лекарствами и сыворотками, которые никогда не возникают там, где правильно используются естественные методы лечения. Некоторыми из этих хронических последствий являются глухота, слепота, заболевания сердца и почек, нервные расстройства, идиотизм, детский паралич и т.д.

Это всего лишь несколько обычных примеров результатов подавления. Их можно было бы умножить в сотни раз, однако медицинская наука уверяет нас, что причины рака и других злокачественных заболеваний неизвестны.

Добрая доктрина естественного излечения от авторитетных аллопатов

Следующие высказывания покойного доктора Николаса Сенина убедительно подтверждают наши утверждения относительно природы болезни и способа ее излечения. Исходящие из уст знаменитого хирурга и врачевателя, эти утверждения должны иметь определенный вес для тех, кто, будучи неспособными рассуждать самостоятельно, склоняются к стопам "авторитета". Цитаты, на которые ссылаются, взяты из отчета об интервью, данном доктором представителям чикагской газеты по возвращении из кругосветного путешествия.

[Американский Чикаго, 5 августа 1906 г.]

МИКРОБЫ, ПОСАЖЕННЫЕ ТУГОЙ ШНУРОВКОЙ

Перекармливание и переодевание Рассматриваются как причины рака

"Доктор Николас Сенн привез из Африки, откуда он вчера вернулся в Чикаго, подтверждения своей веры в то, что рак - это "цивилизованная" болезнь.

"Доктор Сенн потратил от 2000 до 3000 долларов времени — в пересчете на час своего рабочего времени в свой первый день дома за четыре месяца, рассказывая полудюжине газетчиков больше, чем весь мир, за исключением него самого и десятка таких специалистов, как он, знает об этой страшной болезни. Он подытожил свои собственные знания в заявлении о том, что болезнь по-прежнему неизлечима, за исключением ножевых ранений на начальных стадиях и что лучшая профилактика - это чистый, незамысловатый образ жизни.

"Его исследования коренных жителей Африки укрепили его убежденность в том, что рак является продуктом цивилизации, "подобно апоплексии и множеству других экзотических заболеваний", - сказал доктор Сенн. Он не смог найти ни одного случая заболевания раком среди "хамитов", как он их называл. И из того факта, что он обнаружил, что эта болезнь неизвестна эскимосам Гренландии, он заключил, что климат не имеет к ней никакого отношения. Климат не был причиной этого, и климат не излечит это".

Рак, вызванный перееданием

"Чем ближе человеческая раса приближается к животным в привычках, особенно в вопросах питания и одежды, тем свободнее она от рака", - сказал он. "Рак возникает из-за чрезмерного питания и чрезмерного образа жизни.

"пьянство, гурманство, неестественные привычки женщин, такие как шнуровка, - все это помогает посеять семена рака в ребенке.

"И поскольку мы не научились лечить это, лучшее, что можно сделать, - это предотвратить это, когда мы сможем. Если бы дети воспитывались в простоте естественными матерями, тогда, если бы были приняты меры для предотвращения чрезмерного питания, опасность рака была бы гораздо меньшей. Рак сам по себе — это перекормленная ткань, которая никогда не созревает, потому что, если бы я мог вырастить клетки, я мог бы вылечить болезнь. То, что должны делать люди, которые боятся, что они, возможно, унаследовали это, — это жить просто — есть много случаев среди людей со склонностью к ожирению и один среди людей с непривычкой к скудному образу жизни - и, в частности, устранить все источники раздражения, такие как плохие зубы, табак и натирающая одежда".

Изучает Африканскую расу

Помимо своего хобби, как он это называет, доктор Сенн изучал Африку в целом во время своего путешествия вдоль восточного побережья этого континента.

"Это была прекрасная поездка, - сказал он, - и так многому предстояло научиться. С этнической точки зрения я уверен, что африканцы - обычные люди. Негр остается негром, где бы вы его ни встретили. От кафра до бушмена и пигмея - все они хамиты.

"В основном это прекрасный физически народ, худощавый и высокий, за исключением карликов. У них мало склонности к ожирению; у них нет апopleксии, нет вздутых вен, как у нас в цивилизации. Отсюда их свобода от рака. Они живут естественным образом и в основном вегетарианцы, в то время как северные эскимосы - мясоеды, но обе расы питаются естественным образом для поддержания жизни, отсюда их иммунитет к этой болезни. Рак наиболее распространен именно там, где прием пищи превращается в искусство.

"Они свободны от многих других болезней, которые досаждают и нам. Туберкулез практически неизвестен, и только на побережье, где им завладели белые. Настоящим проклятием прибрежной страны является малярия. Она распространена по всему восточному побережью. Я сам избегал этого, принимая пять крупинок хинина и сок лимона один раз в день натошак. Это хорошее средство от малярии, потому что за все время моей беготни я ни разу ею не болел".

(Примечание редактора. — Доктор Сенн умер 2 января 1908 года. После его смерти в газетах писали, что доктор никогда не чувствовал себя хорошо после возвращения из своего долгого путешествия, что его сердце и нервная система серьезно пострадали из-за высоты Анд и других гор. Мы задаемся вопросом, были ли "большие высоты" или "пять гран хинина в день" виноваты в болезни сердца и смерти знаменитого врача.)

Подавление, причина хронических заболеваний

Доктор Сенн был прав. Если бы мужчины и женщины вели более естественный образ жизни, большинство болезней исчезло бы.

Основной причиной болезней является нарушение законов природы. "Цивилизация" в значительной степени означает искусственность жизни и неестественные привычки. Более высокая цивилизация, которая еще впереди, будет сочетать в себе самую изысканную культуру сердца и разума с истинной простотой и естественностью жизни. Чрезмерное употребление мяса, крепких специй и приправ, алкоголя, кофе, чая, переутомление, ночная работа, страх, беспокойство, чувственность, корсеты, высокие каблуки, загрязненный воздух, неправильное дыхание, недостаток физических упражнений, браки без любви, расовые самоубийства - все эти и многие другие пороки гиперцивилизации внесли свою лепту в создание всеобщего вырождения цивилизованных наций, о котором говорит доктор Сенн.

Когда упомянутые неестественные привычки снижают жизненную силу и способствуют накоплению отходов жизнедеятельности и ядов до такой степени, что вялый кишечник, почки, кожа и другие органы выделения не в состоянии поддерживать чистоту в доме, Природе приходится прибегать к другим, более радикальным средствам очищения, иначе мы захлебнемся в наших собственных нечистотах. К таким принудительным естественным очисткам дома относятся простуда, катар, кожные высыпания, диарея, фурункулы, язвы, повышенное потоотделение, кровоизлияния и многие другие формы воспалительных лихорадочных заболеваний.

Сера и ртуть могут подавлять кожные высыпания, жаропонижающие и антисептические средства могут подавлять лихорадку и катар. Пациент и врач могут поздравить себя с быстрым выздоровлением; но каково истинное положение дел? Природе помешали в ее работе по исцелению и очищению. Ей пришлось отказаться от борьбы с болезнетворными веществами, чтобы бороться с более сильнодействующими ядами - ртутью, хинином, йодом, стрихнином и др. Возбудитель болезни все еще находится в организме, плюс лекарственный яд.

Положительным доказательством сохранения лекарственных ядов в организме является глазной диагноз. Более подробно это будет объяснено в другой главе.

Когда жизненная сила будет в достаточной степени восстановлена, Природа может предпринять еще одну попытку очищения, на этот раз, возможно, в другом направлении; но снова ее благонамеренные усилия терпят неудачу. Этот процесс подавления повторяется снова и снова, пока кровь и ткани не станут настолько насыщены отходами жизнедеятельности и ядами, что целительные силы организма больше не смогут реагировать на них острыми заболеваниями. Тогда возникает хроническое состояние, которое в лексиконе "Старой школы" медицины является всего лишь другим названием неизлечимой болезни.

Чем более квалифицированной становится аллопатическая школа в подавлении и профилактике острых заболеваний с помощью лекарств, ножа, рентгеновских лучей, сывороток, вакцинирующего вируса и т.д., тем больше будет рост хронической диспепсии, нервной протрации, безумия, локомоторной атаксии, парезов, рака, вторичного и третичного сифилиса, туберкулеза и многих других так называемых неизлечимых заболеваний. Таким образом, стандартная медицинская практика является самоокупаемой; лечение острых состояний обеспечивает пожизненный запас хронических заболеваний, которые врач может лечить.

Подавление острых заболеваний с помощью лекарств и ножа является важнейшим фактором в возникновении злокачественных заболеваний, который доктор Сенн упустил из виду в своем рассуждении о причинах тяжелых недугов. Если бы он проанализировал свой опыт пребывания в чужих странах в свете этих объяснений, он бы обнаружил, что эти бедствия человечества существуют только в тех частях земли, где процветает аптека.

Эти утверждения могут показаться преувеличенными, но позвольте мне привести несколько типичных случаев подавления и их воздействия на систему из нашей повседневной практики.

Парезы, локомоторная атаксия и возбуждающие параличи возникают не из-за вторичного и третичного сифилиса, как обычно предполагается, а из-за ртути, вводимой для лечения лейкоза и других заболеваний. Менее чем за шесть месяцев мы излечиваем так называемые специфические заболевания нашими естественными методами, при условии, что они не подавляются и не осложняются ртутью, йодом или другими ядовитыми препаратами. Мы никогда не вмешиваемся в первоначальное поражение, но позволяем Природе выводить яды по каналам, созданным для этой цели.

При таком рациональном лечении выделения и язвы действуют как роднички в системе. В процессе устраняется не только специфический яд, но и большая часть наследственных и приобретенных болезнетворных веществ; и после такого лечения кровь и ткани пациента становятся чище, чем они были до заражения.

Приведенное выше утверждение не имеет ничего общего с моральными аспектами, связанными с приобретением венерических заболеваний. В этой связи мы имеем дело исключительно с рациональным или нерациональным лечением инфекции после того, как она была подхвачена. Мы не хотим намекать на то, что желательно лечить тело, убивая душу.

Тем не менее, мы должны иметь дело с фактами в природе по мере их обнаружения. Более того, очень многие люди, особенно женщины и дети, приобретают эти болезни невинно. Разве мы не

вправе избавить их умы от ненужного страха и показать им способ предотвратить ужасные страдания на вторичных и третичных стадиях, вызываемые подавляющим медикаментозным лечением с помощью ртути, йодидов "606" и т.д.?

Эти ядовитые препараты подавляют начальное поражение и распространяют болезнетворный яд по организму. Природа берет на себя работу по устранению кожных высыпаний и язв в различных частях тела, но они также быстро устраняются ртутными мазями и другими альтернативными средствами. Этот процесс подавления продолжается месяцами и годами, пока организм не будет настолько насыщен альтернативными ядами, что жизненная сила больше не сможет реагировать острыми реакциями против первоначальных сифилитических ядов. Тогда это состояние витального паралича называется лечением.

Профессору медицины, однако, виднее. Он инструктирует студентов с лекционной трибуны: "Когда после двух—трех лет лечения ртутью симптомы сифилитизма перестанут проявляться, вы можете разрешить пациенту жениться, но никогда не гарантируете излечение".

Почему бы и нет? Потому что профессору известно, что потомство от такого союза рождается с наследственными симптомами, хорошо известными каждому врачу, и потому что вылеченный таким образом пациент (?) может в любое время после этого появиться в кабинете врача с дырой в небе, язвами на теле, кариесом костей или с другими вторичными и третичными симптомами.

Ртуть обладает особым сродством к костным структурам. Он проникает через позвонки позвоночника и кости черепа в нервное вещество головного и спинного мозга, вызывая воспаление, мучительные головные боли, нервные симптомы, боли в пояснице и т.д. За этими стадиями острого воспаления через несколько лет следует склероз (затверждение) нервного вещества и кровеносных сосудов, приводящий к парезу, локомоторной атаксии или внезапному параличу.

Также нет необходимости заражаться определенными заболеваниями, чтобы стать жертвой этих ужасных состояний: ртуть, йод и другие разрушительные альтернативы назначаются в сотнях различных форм для лечения множества других недугов.

Несколько лет назад под нашим наблюдением находился пациент на последних стадиях локомоторной атаксии, который в течение многих лет подвергался пыткам проклятых. В ее организме никогда не было и намека на какое-либо заболевание, но четыре раза в жизни у нее выделялось слюноотделение от каломели (распространенного слабительного, содержащего ртуть). Этот ужасный яд давали ей в больших дозах для лечения заболеваний печени и запоров. Ей было всего четырнадцать лет, когда из-за этого она впервые пострадала от острого отравления ртутью.

Другой пациент, который после пятнадцати лет медленного и мучительного умирания постепенно скончался от той же болезни, в детстве, посещая школу-интернат, принял ртутный яд. У него дважды слюноотделение вызывали ртутные мази, применяемые для лечения зуда (чесотки), болезни, которая временами принимала эпидемический характер среди мальчиков. У него также никогда не было сифилитической болезни.

Молодой человек, сошедший с ума в возрасте тридцати лет, в возрасте четырех лет принял адский яд. В то время у него была псориазическая сыпь на коже, но семейный врач заподозрил

сифилитическую инфекцию от девочки-медсестры и держал ребенка под воздействием ртути в течение шести месяцев. Откуда мы знаем, что диагноз сифилиса был ложным? Потому что радужная оболочка глаза выявила "псору" как причину подозрительного высыпания, которое повторялось несколько раз в дальнейшей жизни, и потому что впоследствии компетентные врачи полностью оправдали служанку.

Подтверждение глазного диагноза

Мы лечили многие сотни случаев так называемой хронической невралгии, неврита, ревматизма, неврастении, эпилепсии и идиотии из-за пагубного действия хинина, йода, мышьяка, стрихнина, каменноугольных смол и других опасных ядов, принимаемых под видом лекарств.

Откуда мы знаем, что это так?

Потому что Глазной диагноз ясно показывает присутствие этих ядов в организме. Потому что признаки действия препарата в глазу сопровождаются симптомами этих ядов в организме. Потому что запись в глазу подтверждается историей болезни пациента. Потому что при естественном образе жизни и лечении болезни, которые давным-давно подавлялись лекарствами или ножом, вновь появляются в виде кризисов исцеления. Потому что при таких кризисах заживления лекарства, на которые указывают признаки в радужной оболочке глаза, часто отменяются под действием их собственных специфических симптомов. Потому что по мере того, как лекарство выводится из организма в результате кризиса выздоровления, его признак исчезает с радужной оболочки глаза.

Для иллюстрации:

Глазной диагноз выявляет тяжелое отравление хинином в области головного мозга. Это позволяет нам сказать пациенту, не задавая ему вопросов, что он страдает от сильных лобных головных болей и звона в ушах, что он очень раздражителен и так далее, описывая различные симптомы отравления хинином. История болезни пациента свидетельствует о том, что он принимал большое количество хинина при простуде, гриппе или малярии. При наших методах естественного образа жизни и лечения состояние пациента улучшается; организм становится более энергичным, а органы выведения действуют более свободно; скрытые яды вскакивают в своих укрытиях; наступают кризисы заживления. Запущенные таким образом процессы элиминации вызывают различные симптомы острого отравления. Устраняющие кризисы сопровождаются головными болями, звоном в ушах, катаром носа, болями в костях, невритом, сильным привкусом хинина во рту и т.д. Любой кризис заживления, если его лечить естественным путем, уменьшает признаки болезни и лекарственные яды в глазу.

Глава VIII

Воспаление

Из того, что уже было сказано по этому вопросу, становится очевидным, что воспалительные и лихорадочные заболевания столь же естественны, упорядоченны и закономерны, как и все остальное в Природе, и поэтому, после того как они однажды начались, их нельзя остановить или подавить ядовитыми лекарствами и хирургическими операциями.

Воспалительные процессы можно держать в безопасных пределах, и им необходимо способствовать в их конструктивных проявлениях с помощью естественных методов лечения. Контролировать и подавлять острые заболевания до того, как они пойдут своим естественным путем, означает подавлять усилия Природы по очищению и заживлению, вызывать фатальные осложнения и превращать острые конструктивные реакции в хронические болезненные состояния.

Те, кто следил за предыдущими главами, наверняка помнят, что их общей тенденцией было доказать один из фундаментальных принципов философии естественного лечения, а именно Единство болезни и излечения.

Мы утверждаем, что все острые заболевания одинаковы по своим причинам, своему назначению, а при благоприятных условиях одинаковы и по своему прогрессивному развитию.

В предыдущих главах я пытался доказать и разъяснить единство острых заболеваний с точки зрения их причин и назначения, причем последнее является не разрушительным, а конструктивным и благотворным. Я продемонстрировал, что болезнетворные микроорганизмы не являются абсолютной помехой и злом, как их обычно считают, но что, как и все остальное в Природе, они тоже служат полезной цели. Я показал, что от нас самих зависит, будет ли их деятельность вредной и разрушительной или полезной: от нашего образа жизни и лечения острых реакций.

Давайте теперь проследим единство острых заболеваний в отношении их общего течения путем краткого рассмотрения процессов воспаления и их прогрессивного развития через пять четко определенных стадий. Мы будем основывать наши исследования на самых передовых работах по патологии и бактериологии.

История воспаления

Для меня история воспаления стала одним из самых замечательных открытий сложной деятельности человеческого организма. Больше, чем что-либо другое, это подтверждает для меня фундаментальные принципы Естественного лечения, тот факт, что Природа - хороший целитель, а не плохой.

Прежде чем может возникнуть воспаление, должна существовать вызывающая причина в виде какого-либо препятствия или какого-либо агента, опасного для здоровья и жизни. Такими возбудителями воспаления могут быть отмершие клетки, сгустки крови, фрагменты кости и другие неорганические вещества, образующиеся в самой системе, или они могут быть инородными телами, такими как частицы пыли, сажи, камня, железа или других металлов, щепки дерева и т.д.; опять же, они могут быть микроорганизмами или паразитами.

Когда один или несколько из этих возбудителей воспаления присутствуют в тканях организма в достаточной степени, чтобы вызвать реакцию и противодействие целительных сил, микроскоп всегда выявляет следующие явления, слегка различающиеся при различных условиях:

Кровь приливает к области раздражения. Из-за этого повышенного кровяного давления мелкие артерии и вены в непосредственной близости от возбудителя расширяются и увеличиваются в размерах. Растяжение кровеносных сосудов растягивает и, таким образом, ослабляет их стенки.

Через них белые кровяные тельца сжимают свои подвижные тела и прокладывают себе путь через промежуточные ткани к пораженному участку.

Каким-то таинственным образом они, кажется, чувствуют точное местоположение опасной точки и спешат к ней в большом количестве, как солдаты, вызванные навстречу армии вторжения. Эта способность белых кровяных телец распознавать присутствие и точное местоположение врага была приписана химическому притяжению и называется ~ хемотаксисом.~

Армия обороны состоит из белых кровяных телец, или лейкоцитов, и клеток соединительной ткани, которые отделяются от соседних тканей. Все эти блуждающие клетки обладают способностью поглощать и переваривать микробы. Они содержат определенные протеолитические или расщепляющие белки ферменты, с помощью которых они разлагают и переваривают яды и враждебные микроорганизмы. Из-за их активности в качестве разрушителей микробов эти клетки были названы микробными киллерами или ~ фагоцитами~. В своих движениях и действиях эти доблестные маленькие воины действуют очень похоже на разумных существ, одушевленных такими качествами, как терпение, настойчивость, мужество, дальновидность и самопожертвование.

Фагоциты поглощают болезнетворные вещества, яды или микроорганизмы, обволакивая их своими собственными телами. Это рукопашный бой, и многие храбрые маленькие солдатики погибают от ядов и бактерий, которые они атакуют и проглатывают. То, что мы называем гноем, состоит из тел живых и мертвых фагоцитов, болезнетворных микроорганизмов и микробов, сыворотки крови, разрушенных тканей и клеток, короче говоря, обломков с поля боя.

Теперь мы можем понять, как только что описанные процессы вызывают хорошо известные кардинальные симптомы воспаления и лихорадки; покраснение, жар и припухлость из-за повышенного кровяного давления, застойных явлений и накопления экссудата; боль из-за раздражения и давления на нервы. Мы также можем понять, как нарушение питания, закупорка и разрушение в пораженных частях и органах будут мешать функциональной активности и подавлять ее.

У организма есть и другие способы самозащиты. Во время бактериальной инфекции в сыворотке крови вырабатываются определенные вещества, убивающие бактерии. Наука назвала эти защитные белки ~ лекцины.~ Также было обнаружено, что фагоциты и тканевые клетки по соседству с зоной раздражения вырабатывают противоядия или природные антитоксины, которые нейтрализуют бактериальные яды и убивают болезнетворные микроорганизмы.

От Зла Природа дает Лекарство

Кроме того, рост и развитие бактерий и паразитов подавляется и, в конечном итоге, приостанавливается продуктами их жизнедеятельности. У нас есть пример этого в зародыше дрожжей, который процветает и размножается в присутствии сахара в растворе. Питаясь сахаром и переваривая его, он разлагает молекулы сахара на спирт и углекислоту. По мере увеличения содержания алкоголя в процессе брожения он постепенно останавливает развитие и активность дрожжевых клеток.

Аналогичные явления сопровождают деятельность болезнетворных микробов и паразитов. Они производят определенные продукты жизнедеятельности, которые постепенно подавляют их собственный рост и размножение. Вакцины, сыворотки и антитоксины, используемые медицинской наукой, готовятся из этих бактериальных экскрементов и экстрактов, изготовленных из тел бактерий.

Таким образом, при лечении сыворотками и антитоксинами аллопатическая школа имитирует природную процедуру сдерживания роста микроорганизмов, но с одним отличием: природа не подавляет рост и размножение болезнетворных микробов до тех пор, пока не разложится и не будет израсходовано болезненное вещество, на котором они существуют, и пока воспалительные процессы не пройдут своим чередом через пять стадий воспаления; в то время как сыворотки и антитоксины, вводимые в мощных дозах на разных стадиях любого заболевания, могут останавливать и подавлять активность микробов и процессы воспаления до того, как последние пройдут своим естественным путем и до того, как воспалительный процесс прекратится. болезнетворные вещества были устранены.

Пять стадий воспаления

Сказанное в предыдущих главах подтверждает мое утверждение о том, что все острые заболевания одинаковы по своим причинам и назначению. Из приведенного выше описания воспалений станет ясно, что они также однородны в своем патологическом развитии. Единообразие острых воспалительных процессов становится еще более очевидным, когда мы прослеживаем их пять последовательных стадий, а именно: инкубацию, Обострение, Деструкцию, Ослабление и реконструкцию, как показано на следующей диаграмме:

I. Инкубация. Первый раздел диаграммы соответствует периоду инкубации, времени между контактом с инфекционным заболеванием и его развитием. Этот период может длиться от нескольких минут до нескольких дней, недель, месяцев или даже лет.

На этой стадии болезнетворные вещества, яды, микроорганизмы и другие возбудители воспаления собираются и концентрируются в определенных частях и органах тела. Когда они накапливаются до такой степени, что мешают нормальным функциям или ставят под угрозу здоровье и жизнь организма, жизненные силы начинают реагировать на препятствие или угрожающую опасность посредством описанных выше воспалительных процессов.

II. Обострение. В период обострения борьба между фагоцитами и природными антитоксинами, с одной стороны, и ядами и болезнетворными микроорганизмами, с другой стороны, постепенно прогрессирует, сопровождаясь соответствующим повышением температуры и воспалением, пока не достигнет своего апогея, отмеченного наибольшей интенсивностью лихорадочных симптомов.

III. Разрушение. Эта битва между силами болезни и силами исцеления сопровождается распадом тканей из-за накопления экссудата, образованием гноя, развитием абсцессов, фурункулов, свищей, открытых язв и т.д., А также другими болезненными изменениями. Она включает в себя разрушение фагоцитов, бактерий, кровеносных сосудов и тканей точно так же, как битва между противоборствующими человеческими армиями приводит к человеческим жертвам и имуществу.

Стадия Разрушения заканчивается кризисом, который может быть как фатальным, так и благотворным. Если целительные силы организма находятся на подъеме, и если они поддерживаются правильным лечением, которое имеет тенденцию укреплять кровь, повышать жизненную силу и способствовать выведению, тогда яды и болезнетворные микроорганизмы будут постепенно преодолены, поглощены или устранены, и постепенно ткани будут очищены от осколков с поля боя.

IV. Сокращение. Абсорбция и выведение экссудата, гноя и т.д. Происходят в течение периода сокращения. Это сопровождается постепенным снижением температуры, частоты пульса и другими симптомами лихорадки и воспаления.

V. Разрешение или реконструкция. Когда период затихания проходит и пораженные участки очищаются от болезненных скоплений и преград, тогда, на пятой стадии воспаления, начинается работа по восстановлению поврежденных частей и органов. В клетках и тканях, кровеносных сосудах и органах пораженных участков произошло большее или меньшее разрушение. Теперь они должны быть реконструированы, и эта последняя стадия воспалительного процесса, следовательно, в некотором смысле наиболее важна. От совершенной регенерации поврежденных частей тела зависит конечный эффект острого заболевания на организм.

Если воспалению было позволено протекать своим чередом через различные стадии острой активности и заключительную стадию восстановления, тогда любое острое заболевание, каким бы ни было его название и описание, окажется полезным для организма, потому что болезненные вещества, инородные тела, яды и микроорганизмы были удалены из системы; аномальные и больные ткани были разрушены и восстановлены заново до более чистого и более нормального состояния.

Так сказать, острая болезнь подействовала на организм подобно грозе в знойном, испорченном летнем воздухе. Это очистило систему от загрязнений и разрушительных влияний и вновь установило полезные, нормальные условия. Поэтому острые заболевания, если их лечить в гармонии с замыслом Природы, всегда приносят пользу.

Если, однако, из-за пренебрежения или неправильного лечения воспалительным процессам не позволено идти своим естественным путем, если они сдерживаются ядовитыми лекарствами, мешками со льдом или хирургическими операциями, или если патологические состояния в организме настолько преобладают, что силы исцеления не могут реагировать должным образом, то созидательные силы могут проиграть битву, и болезнь может привести к летальному исходу или перерасти в хронические заболевания.

Подавление Во Время Первого

Две стадии воспаления

Можно предположить, что подавление на стадиях инкубации и обострения не обязательно должно иметь фатальных последствий, если за ним следует естественное жизнеобеспечение и элиминационное лечение. На это я бы ответил: "Такая процедура всегда сопряжена с опасностью концентрации болезнетворных ядов в жизненно важных частях и органах, закладывая таким образом основу для хронических деструктивных заболеваний".

Более того, совсем не обязательно подавлять воспалительные процессы ядовитыми лекарствами и другими неестественными средствами, потому что мы можем легко и уверенно контролировать их и не давать им стать опасными с помощью наших естественных средств лечения.

Теперь я попытаюсь доказать и проиллюстрировать предыдущие теоретические положения, проследив развитие различных заболеваний на протяжении пяти стадий воспаления. Сначала я рассмотрю самую распространенную из всех форм болезни - простуду.

Простужаюсь

Согласно распространенному мнению, простудные заболевания являются причиной большей части человеческих недугов. Почти ежедневно я слышу от пациентов, которые приходят на консультацию: все мои беды связаны с простудой, которую я перенес в такое-то время, и т.д. Затем я должен объяснить, что простуда не возникает внезапно и извне, но что она приходит изнутри, что период ее инкубации может растянуться на месяцы или годы, что чистое, здоровое тело, обладающее хорошей жизненной силой, не может перенести простуду в обычных тепловых условиях, благоприятных для жизни человека, независимо от того, насколько резким было изменение температуры.

На первый взгляд может показаться, что это противоречит общепринятому опыту, а также теории и практике медицины. Но давайте проследим за развитием простуды от начала до конца. Это прольет некоторый свет на вопрос о том, можно ли его поймать или он развивается медленно внутри организма; также может ли это развитие или инкубация продолжаться в течение длительного периода времени.

Простуда может быть вызвана охлаждением поверхности тела или части тела. На охлажденных участках кожи поры закрываются, кровь отступает внутрь, и в результате этого подавляется выведение ядовитых газов и экссудатов через эти участки кожи.

Это простудное заболевание из-за воздействия холодного сквозняка, из-за мокрой одежды и т.д. Не обязательно влечет за собой более серьезные последствия. Если система не слишком перегружена болезнетворными веществами и если почки и кишечник находятся в достаточно хорошем рабочем состоянии, эти органы позаботятся о дополнительном количестве отходов жизнедеятельности и болезнетворных веществ вместо временно неактивной кожи и без труда выведут их из организма. Чем выше жизнеспособность и более нормальный состав крови, тем лучше система отреагирует в такой чрезвычайной ситуации и выбросит болезнетворные вещества, которые не удалось вывести через кожу.

Если, однако, организм уже перегружен отходами и болезнетворными веществами, если кишечник и почки уже ослаблены и атрофированы из-за продолжающегося переутомления и перевозбуждения, если вдобавок к этому жизненная сила снижена из-за излишеств или перенапряжения, а жизненно важные жидкости находятся в ненормальном состоянии, тогда болезнетворные вещества, выброшенные в кровоток из-за охлаждения и временного бездействия кожи, не могут найти выхода по обычным каналам выведения и пытаются вырваться через слизистые оболочки носовых ходов, горла, бронхов и других органов. желудок, кишечник и мочеполовые органы.

Отходы жизнедеятельности и ядовитый экссудат, которые выводятся через эти внутренние мембраны, вызывают раздражение и застойные явления и, таким образом, вызывают хорошо известные симптомы воспаления и катарального процесса: чихание (насморк), кашель, отхаркивание, слизистые выделения, диарею, лейкорею [выделения из влагалища] и т.д. Другими словами, эти так называемые простудные заболевания представляют собой не что иное, как различные формы заместительной элиминации. Мембранные оболочки внутренних органов выполняют работу за бездействующую, вялую и атрофированную кожу, почки и кишечник. Чем больше накопление болезнетворных веществ в организме, чем ниже жизнеспособность и чем более ненормальным является состав крови и лимфы, тем выше вероятность простудных заболеваний.

Чего можно добиться, подавляя различные формы устранения простудных заболеваний с помощью средств от кашля и простудных заболеваний, содержащих опиаты, вяжущие, антисептики, бактерицидные и жаропонижающие средства? Разве не очевидно, что такая процедура препятствует усилиям Природы по очищению, что она препятствует и подавляет воспалительные процессы и сопровождающее их выведение болезнетворных веществ из организма? Хуже всего то, что это добавляет лекарственные яды к болезнетворным ядам?

Такой курс может привести только к одному результату, а именно к превращению природных усилий по очищению и исцелению в хроническое заболевание.

Из вышесказанного становится ясно, что причина простуды кроется не столько в сквозняке или мокрых ногах, сколько в первопричинах всех болезней: снижении жизнеспособности, ухудшении качества жизненно важных жидкостей и накоплении болезнетворных веществ и ядов в организме.

Инкубационный период простуды может растянуться на много лет или на всю жизнь.

Что же тогда является естественным средством от простуды? Может быть только одно средство: усиленное выведение через соответствующие каналы. Это достигается разумным соблюдением диеты и голоданием, а также восстановлением естественной активности кожи, почек и кишечника с помощью влажных компрессов, холодных спреев и омовений, сидячих ванн, массажа, хиропрактики или остеопатических манипуляций, гомеопатических средств, физических упражнений, солнечных и воздушных ванн и всех других методов естественного лечения, которые сохраняют жизненные силы, нормализуют кровообращение и способствуют выведению токсинов без нанесения вреда организму.

Подавление Во Время Третьего

Стадия воспаления

Если бы воспалительные процессы были подавлены на стадии Разрушения, результаты были бы еще более серьезными и далеко идущими. Мы узнали, что на этой стадии пораженные части и органы в большей или меньшей степени подвергаются распаду. Они заполнены болезненным экссудатом, гноем и т.д., которые препятствуют нормальному питанию и функционированию и делают невозможным их выполнение. Если на этом этапе произойдет подавление, очевидно, что пострадавшие районы навсегда останутся в состоянии разрушения.

Вот пример из практической жизни: Предположим, в доме необходимо произвести необходимые изменения и ремонт. Рабочие снесли перегородки, портьеры, обои и т.д. На этой стадии разбирательства владелец увольняет рабочих, и дом остается в состоянии хаоса. Конечно, это было бы нерационально. Это сделало бы дом непригодным для проживания. Но такая процедура в точности соответствовала бы подавлению воспалительных заболеваний на стадии разрушения. Это также оставляет пораженные органы постоянно в ненормальном, болезненном состоянии.

Это объясняет загадочные последствия или хронические побочные эффекты, которые так часто возникают после острых заболеваний, леченных медикаментозно. Я проследил многочисленные случаи хронических поражений легких и почек, детского паралича и многих других хронических заболеваний, связанных с таким подавлением. Далее я опишу типичный случай, который попал под наше наблюдение несколько лет назад.

Подавление с помощью мешка со льдом

Несколько лет назад несколько джентльменов греческой национальности обратились ко мне с просьбой навестить их друга, который около двух месяцев лежал больным в одной из наших больших больниц Вест-Сайда [Чикаго]. В ходе расследования я выяснил, что пациент поступил в больницу с легким заболеванием пневмонией. Врачи учреждения заказали пакеты со льдом. К груди и другим частям тела были приложены резиновые прокладки, наполненные льдом. Это делалось в течение нескольких недель, пока лихорадка не спала.

На самом деле лед оказывает более подавляющее действие, чем лекарства от лихорадки. Продолжительные аппликации ледяным холодом охлаждают части тела, на которые они наносятся, угнетают жизненно важные функции и эффективно подавляют воспалительные процессы.

Результатом в этом случае, как и во многих подобных случаях, которые мне довелось наблюдать во время и после лечения мешками со льдом, было то, что воспаление в легких было остановлено и подавлено на стадии разрушения, когда воздушные клетки и ткани были заполнены экссудатом, сывороткой крови, гноем, живыми и мертвыми клетками крови, бактериями и т.д., в результате чего пораженные участки легких находились в консолидированном состоянии, подобном состоянию печени.

В результате подавления в случае этого греческого пациента пневмония сменила острую стадию на подострую и хроническую, и лечащие врачи сказали его друзьям, что сейчас он страдает миллиарным туберкулезом и, вероятно, умрет в течение недели или двух.

После получения этой обескураживающей информации друзья пациентки пришли ко мне и убедили меня взять на себя ведение дела. Его перевели в наше учреждение, и мы сразу же начали применять естественные методы лечения. Вместо компрессов со льдом мы использовали обычные компрессы с холодной водой - полоски льняного полотна, отжатого в воде обычной температуры, обернутые вокруг тела и покрытые несколькими слоями фланелевых бинтов.

Влажные компрессы согрелись на теле через несколько минут. Они сужают поры и вытягивают кровь на поверхность, тем самым способствуя тепловому излучению и выведению болезнетворных веществ через кожу. Они не подавляли лихорадку, но держали ее ниже опасной отметки.

При таком лечении, сопровождаемом голоданием и разумными остеопатическими манипуляциями, воспалительные и лихорадочные процессы, подавленные пакетами со льдом, вскоре возобновились, стали еще более активными и агрессивными, и теперь им было позволено идти своим естественным путем, проходя стадии разрушения, абсорбции (уменьшения) и восстановления.

Результатом лечения Nature Cure стало то, что примерно через два месяца после поступления пациента в наше учреждение его друзья купили ему путевку в солнечную Грецию. У него было хорошее путешествие, и в благоприятном климате его родной страны он совершенно поправился.

Я наблюдал ряд подобных случаев, страдающих от уплотнения легких и возникающих в результате астматических или туберкулезных состояний, которые были купированы при помощи жаропонижающих средств и льда.

Не менее опасен пакет со льдом, если его приложить к воспаленному головному мозгу или позвоночнику. Слишком часто это приводит либо к параличу, либо к смерти. Во многих случаях острый спинномозговой менингит таким образом преобразуется медикаментозным лечением и введением сыворотки или использованием пакетов со льдом в хронический, так называемый неизлечимый детский паралич.

Мы говорим "так называемые неизлечимые", потому что мы лечили такие случаи на всех стадиях развития - от острого воспалительного менингита до длительного хронического паралича.

При лечении острых заболеваний мы никогда не используем лед или ледяную воду для обертываний, компрессов, ванн или омовений, а всегда воду обычной температуры, которая течет из крана. Водяной компресс или компресс-компресс быстро нагревается и, таким образом, вызывает естественную реакцию в течение нескольких минут, в то время как пакет со льдом постоянно охлаждает и практически замораживает пораженные части и органы. Это не позволяет коже расслабиться; это предотвращает тепловую реакцию, излучение тепла тела и выведение болезнетворных веществ через кожу.

Подавление Во Время Четвертого и

Пятые стадии воспаления

Давайте посмотрим, что происходит, когда острые заболевания подавляются на этапах борьбы с ними и реконструкции. Если защитники организма, фагоциты и антитоксины, вырабатываемые в тканях и органах, одерживают победу над враждебными силами, угрожающими здоровью и жизни организма, тогда симптомы воспаления, отек, покраснение, жар, боль и сопровождающее их учащенное сердцебиение постепенно проходят. Обломки с поля боя уносятся венозным кровообращением, которое формирует дренажную систему организма.

Когда таким образом все болезнетворные вещества будут полностью устранены, Жизненная Сила, "внутренний врач", начнет регенерировать и реконструировать поврежденные и разрушенные клетки и ткани.

Однако, если в эти процессы элиминации и восстановления вмешаться или прервать их до того, как они будут завершены, то у пораженных частей и органов не будет шанса полностью выздороветь или окрепнуть. Они останутся в ненормальном, искаленном состоянии, и их функциональная активность будет серьезно нарушена.

Последствия медикаментозного лечения брюшного тифа

В сотнях случаев, заглянув пациентам в глаза, я говорил им, что они страдают от хронического несварения желудка, малассимиляции и недоедания, вызванных медикаментозным лечением брюшного тифа; и каждый раз записи в глазах подтверждались историей болезни пациента.

В таких случаях на внешнем краю радужки виден венчик из беловатых или лекарственного цвета круглых чешуек. Я назвал этот венчик "тифозные четки". Он соответствует лимфатическим и другим абсорбирующим сосудам в кишечнике и появляется в радужной оболочке глаза, когда эти структуры были повреждены или атрофированы лекарствами, льдом или хирургическим вмешательством. Где бы это ни было сделано, венозные и лимфатические сосуды в кишечнике не всасывают пищевые материалы, и они проходят через пищеварительный тракт и выводятся из организма, не будучи должным образом переваренными и ассимилированными.

На деструктивных стадиях брюшного тифа кишечник обнажается из-за отслаивания его мембранозных оболочек. Эти отслоившиеся оболочки придают стулу больного брюшным тифом характерный вид горохового супа. Аналогичным образом лимфатические, венозные и железистые структуры, образующие всасывающие сосуды кишечника, атрофируются и отшелушиваются.

Если позволить воспалительным процессам протекать своим обычным чередом при естественных методах лечения, проходящих стадии разрушения, всасывания и реконструкции, природа идеально восстановит мембранозные и железистые структуры кишечного канала, выздоровление будет быстрым, и пациент будет наслаждаться лучшим здоровьем, чем до того, как он заразился болезнью.

Если, однако, из-за неразумного питания или введения хинина, ртути, очищающих солей, опиатов или других разрушающих агентов нарушаются естественные процессы, которые преждевременно останавливаются и подавляются, то отслоившиеся мембраны и абсорбирующие сосуды не восстанавливаются, и кишечный тракт остается оголенным и атрофированным.

Такой пациент может встать со своей постели, думая, что он излечен; но если впоследствии его не лечить естественными методами, он никогда не выздоровеет полностью. Возможно, ему потребуются месяцы или годы, чтобы умереть постепенной, мучительной смертью из-за неправильного усвоения и недоедания, которые обычно заканчиваются какой-либо формой истощающего заболевания, такого как пернициозная анемия или туберкулез. Если он на самом деле не умрет от последствий неправильно вылеченного брюшного тифа, его всю жизнь будут беспокоить несварение кишечника, запоры, нарушение усвоения пищи и сопутствующие нервные расстройства.

Перемены к лучшему

Говоря о брюшном тифе, мы рады сообщить, что для лечения этой конкретной формы заболевания самая передовая медицинская наука применила метод Nature Cure, то есть чистую холодную воду и голодание, без лекарств, как это было придумано пионерами естественного лечения в Германии более пятидесяти лет назад.

Это лечение, которое медицинская наука сочла столь в высшей степени успешным при брюшном тифе, оказалось бы столь же эффективным и при всех других острых заболеваниях, если бы обычные врачи только попробовали его применить. Это странный и любопытный факт, что до сих пор они так и не сочли нужным это сделать. Все врачи-естественники знают из своего повседневного опыта реальной практики, что простых водных процедур и голодания достаточно для излечения всех других форм острых заболеваний так же легко и эффективно, как брюшного тифа. Этим доказывается единство лечения при всех острых заболеваниях.

Как при брюшном тифе, так и при туберкулезе прогрессивные врачи в настоящее время полностью отказались от метода лечения, уничтожающего бактерии. Они сочли абсолютно бесполезным и излишним искать лекарства и сыворотки для уничтожения бацилл брюшного тифа и туберкулеза - двух самых разрушительных болезней, поражающих человечество. Они были вынуждены признать, что простые средства школы естественного лечения, холодная вода и голодание при брюшном тифе и лечение на свежем воздухе при туберкулезе, являются единственными стоящими методами борьбы с этими грозными врагами здоровья и жизни.

Если бы они продолжали свои исследования и эксперименты в этом естественном направлении, они достигли бы бесконечно более удовлетворительных результатов, чем с помощью своих теорий и практик поиска и уничтожения микробов.

Глава IX

Эффекты подавления венерических заболеваний

Другую хорошую иллюстрацию подавления можно найти в аллопатическом лечении венерических заболеваний. Почти всегда медикаментозное лечение подавляет эти заболевания на стадиях инкубации и обострения, таким образом блокируя их в организме. Однако венерические инфекции и микробы - это живые существа, которые растут и размножаются до тех пор, пока тело полностью не пропитается ими. Тогда они должны каким-то образом и где-то найти выход, и, следовательно, они проявляются во множестве так называемых "вторичных" и "третичных" симптомов.

Лекарственные яды, которые используются для "лечения" (подавления) этих симптомов, значительно усугубляют заболевание. Они создают в организме условия, бесконечно худшие, чем сами венерические заболевания. Таким образом, острые, легко излечимые стадии этих заболеваний сменяются ужасными и упорными хроническими состояниями. Именно таким образом венерические заболевания становятся наследственными и передаются будущим поколениям.

В специальной статье на эту тему, озаглавленной "Венерические заболевания", опубликованной в "Натуропате" в январе 1913 г., я обосновал следующие утверждения:

"Венерические заболевания не обязательно являются хроническими в своем прогрессирующем развитии. "По сути, они острые и самоограничивающиеся. Но могут перейти в хроническую форму из-за пренебрежения или подавляющего медикаментозного лечения. "Хронические, так называемые вторичные и третичные проявления венерических заболеваний, такие как изъязвление костей и мясистых тканей, гумматиты головного мозга, склероз спинного мозга, артритный ревматизм, дегенерация и разрушение других жизненно важных частей и органов тела, являются результатом не столько первоначальной гонорейной или сифилитической инфекции, сколько разрушительных лекарственных ядов, которые принимались для лечения или, скорее, для подавления первичных поражений и острых воспалительных симптомов. "Венерические заболевания на стадии острого воспаления легко и полностью излечимы естественными методами жизни и лечения. "Венерические заболевания, которые лечатся естественными методами на стадии острого воспаления, никогда не сопровождаются какими-либо хроническими последствиями или вторичными или третичными проявлениями вообще. "Когда венерические заболевания достигают вторичной и третичной стадий, они все еще излечимы естественными методами жизни и лечения, при условии, что осталось достаточно жизненных сил, чтобы реагировать на лечение, и при условии, что разрушение жизненно важных частей и органов не зашло слишком далеко.

"Сотни случаев хорошо развитой двигательной атаксии, парезов и других так называемых вторичных и третичных заболеваний головного мозга и нервной системы, костных и мясистых тканей и жизненно важных органов были излечены нашими естественными методами лечения.

"Однако самоочевидно, что лечение хронических заболеваний требует большего терпения и настойчивости, чем лечение острых состояний, не поддающихся изменению и подавлению лекарствами. "Венерические заболевания, которые лечатся естественными методами, никогда не имеют хронических последствий. С другой стороны, яды ртути, йода, хинина и каменноугольной смолы вызывают все так называемые вторичные и третичные симптомы сифилиса у людей, которые никогда в своей жизни не страдали венерическими заболеваниями, но которые принимали или абсорбировали эти лекарственные яды другими способами.

"... Эти факты неоспоримо подтверждаются Глазным диагнозом. Все разрушительные яды, принимаемые в достаточных количествах, со временем обнаружат свое присутствие и точное местоположение в организме по определенным четко выраженным признакам или изменению цвета радужной оболочки.

"Эти яды подрывают структуры организма и разрушают жизненно важные части и органы так медленно и коварно, что поверхностный наблюдатель не может проследить и связать причину и следствие".

Тесты Вассермана и Ногучи

В ответ на вышесказанное врачи могут сказать, что тесты Вассермана и Ногучи дают положительные доказательства наличия сифилиса в организме. Предполагается, что эти химические тесты с уверенностью выявят наличие венерических инфекций в организме, — по крайней мере, у общественности сложилось именно такое впечатление.

Однако я убежден, что во многих случаях "положительные" тесты Вассермана или Ногучи являются результатом отравления ртутью, а не сифилитической инфекции. В ряде случаев, когда эти тесты оказывались "положительными", то есть когда, согласно теории аллопатической

медицины, они указывали на луетическое состояние организма, у субъектов этих тестов никогда в жизни не проявлялось никаких симптомов сифилиса и, насколько им было известно, они никогда не подвергались инфекции, но у каждого из них были явные признаки отравления ртутью в радужной оболочке глаза, и они принимали значительное количество ртути в виде каломели или других лекарственных препаратов от заболеваний не луетической природы, или у них были " выделяется слюна" при контакте с ртутным ядом в шахтах, на плавильных заводах, зеркальных фабриках и т.д.

Это наводит меня на мысль, что рано или поздно медицинской науке придется признать, что тесты Вассермана и Ногучи выявляют, по крайней мере во многих случаях, последствия ртутного отравления, а не последствия сифилитической инфекции. И это было бы неудивительно, поскольку хорошо известно, что ртуть оказывает на организм такое же воздействие, как и сифилис.

Ртутному яду требуется от пяти до десяти и даже пятнадцати лет, прежде чем он проникнет в головной и спинной мозг и там вызовет характерную для него дегенерацию и разрушение головного и . нервные ткани, которые внешне проявляются как локомоторная атаксия, возбуждающий паралич, парез, апоплексия, гемиплегия, эпилепсия, танец Святого Витта и различные формы идиотизма и безумия. Отравление ртутью также во многих случаях является причиной глухоты и слепоты.

Когда начинают проявляться симптомы ртутного разрушения, они, в свою очередь, подавляются препаратами йода, "606" или другими "альтернативами", и так продолжается веселая война: яд против яда, Вельзевул против дьявола, и бедному страдающему телу приходится все это терпеть.

Таким образом, система периодически насыщается самыми опасными ядами на земле, пока гробовщик не закончит работу. И это неправильно называется "научным лечением". Жестокие индейцы или фанатичная инквизиция никогда не изобретали худших пыток, чем эта. Они милосердно прекращали страдания своих жертв в течение нескольких часов или, в худшем случае, дней; но эта пытка, которой подвергаются люди во имя медицинской науки, продолжается всю жизнь. Это означает умирать понемногу в самых ужасных условиях в течение десяти, двадцати, тридцати лет или дольше.

В этой связи, возможно, будет уместно процитировать свидетельство профессора Э. А. Фаррингтона из Филадельфии, одного из самых знаменитых врачей-гомеопатов девятнадцатого века. Он говорит в своей книге "Клинические материалы медицины", третье издание, стр. 141:

"Различные конституции или дискразии, лежащие в основе хронических и острых заболеваний, действительно, очень многочисленны. Пока мы не знаем их всех. Мы точно знаем, что одно из них проявляется гонореей, болезнью, которая чрезвычайно распространена, так что количество заболеваний, возникающих в результате этого заболевания, быстро увеличивается.

Теперь я хочу рассказать вам, почему это так. Это потому, что врачи-аллопаты, а также многие гомеопаты, не лечат это должным образом. Я не считаю гонореей местным заболеванием. Если ее не лечить должным образом, развивается конституциональный яд, который может передаваться детям. Из многолетнего опыта и наблюдений я знаю, что гонорея представляет собой серьезную проблему, а также осложняет многие случаи, которые нам приходится лечить.

"То же самое верно и в отношении сифилиса в измененной степени. Гонорея, по-видимому, поражает более благородные ткани, легкие, сердце и нервную систему, которых сифилис достигает только по прошествии лет".

Разрушительные последствия воздействия Ртуты

Что касается разрушительных последствий ртути, которые гомеопаты тщательно изучили, профессор Фаррингтон говорит на страницах 558-559 того же тома:

"Более отдаленные симптомы отравления ртутью таковы: вы обнаружите, что кровь обедняется. Это влияет на альбумин и фибрин этой жидкости. Они уменьшаются, и вы обнаруживаете на их месте определенное жировое вещество, состав которого я точно не знаю. Следовательно, в качестве характерного симптома организм истощается. Пациент страдает от лихорадки, которая носит довольно беспокойный характер. Поражается надкостница, и тогда у вас появляется характерная группа ртутных болей, боли в костях, усиливающиеся при смене погоды, усиливающиеся в теплой постели, и озноб во время или после дефекации. Кожа приобретает коричневатый оттенок; образуются язвы, особенно на ногах; они упрямые и не заживают. Пациента беспокоят бессонница и приливы крови по ночам; ему жарко, и он не может заснуть; его быстро бросает в пот, который не приносит ему облегчения.

"Вся система также страдает, и здесь у вас есть два ряда симптомов. Сначала пациент становится тревожным и беспокойным и не может оставаться в покое; он меняет позу; он переходит с места на место; кажется, у него сильное беспокойство по поводу сердца, прекардиальная тоска, как это называется, особенно по ночам.

Затем, в другой серии симптомов, наблюдаются подергивания конечностей, отчего у пациента создается впечатление, что на него напал танец Святого Вита. Или, что еще более распространено, вы можете заметить дрожание рук, причем этот тремор совершенно неподконтролен пациенту и постепенно распространяется по всему телу, придавая вам сходство с возбужденным параличом или дрожательным параличом.

"В конце концов, пациент становится парализованным, не может двигать конечностями, его разум теряется, и он представляет собой совершенную картину слабоумия. Он совершает всевозможные странные поступки. Он сидит в углу с идиотской улыбкой на лице, играя соломинками; он забывчивый, он не может вспомнить даже самых обычных событий. Он становится отвратительно грязным и ест собственные экскременты. На самом деле, он совершенный идиот.

"Будьте осторожны, давая ртуть; это коварное лекарство. Кажется, оно часто показано. Вы даете его и облегчаете; но через несколько недель вашему пациенту снова становится хуже, и тогда вы даете его снова с облегчением. Мало-помалу оно вас подводит. Теперь, если я хочу добиться постоянного излечения, например, золотушного ребенка, я очень редко буду давать ему ртуть; если я и буду это делать, то, по крайней мере, только в качестве интеркуррентного средства".

Глава X

Подавляющее хирургическое лечение тонзиллита и увеличенных аденоидов

Следующие абзацы взяты из статьи в журнале "Nature"

Sure за май 1909 года под названием "Хирургия тонзиллита и

аденоидов". Они прольют дополнительный интересный свет на опасные последствия подавления острых и подострых заболеваний.

"Миндалины - это выделяющие железы. Природа создала их для выведения загрязнений из организма. Острый, подострый и хронический тонзиллит, сопровождающийся увеличением и творожистым распадом миндалин, означает, что эти железы обычно были перегружены болезнетворными веществами и ядами, что у них было больше работы, чем они могли выполнять должным образом.

"Эти железистые структуры составляют ценную часть дренажной системы организма. Если кровь отравлена из-за переизбытка и неправильного сочетания продуктов питания или золотушными, венерическими или псориазическими ядами, миндалины призваны, наряду с другими органами, устранять эти болезненные загрязнения. Стоит ли удивляться, что часто они воспаляются и подвержены гниению? Чего, однако, можно добиться, уничтожая их йодом или удаляя хирургическими ножницами или "гильотиной"?

"Вы бы убили их из-за того, что ваши слуги ослабли от переутомления? Поскольку канализация в вашем доме слишком мала, чтобы отводить отходы, вы бы заблокировали или убрали ее?" Тем не менее, это ортодоксальная философия медицинских школ, применяемая к управлению человеческим телом.

"... В случае любых болезненных выделений из организма, где бы они ни были, будь то через геморроидальные узлы, открытые раны, язвы или через миндалины, золотушные железы и т.д., был установлен родничок, к которому и через который попадают системные яды. Если такой выход перекрыт медикаментозным или хирургическим лечением, поток болезнетворной материи должен искать другой выход, иначе яды будут накапливаться где-то в организме.

"Пациенту повезло, когда удастся добиться такого выхода, потому что везде, где в организме концентрируются болезненные выделения, подавленные медицинским лечением, неизбежно обнаруживается очаг хронического заболевания.

"После удаления миндалин болезненное вещество, которое они удаляли, обычно находит ближайший и самый легкий выход через аденоидные ткани и носовые оболочки. Теперь они берутся за работу по "заместительному" устранению и, в свою очередь, становятся гиперактивными и воспаленными.

"Иногда случается, что аденоидные ткани поражаются раньше миндалин. В этом случае также требуется помощь хирурга, а затем процесс поворачивается вспять: после удаления аденоидов в миндалинах развиваются хронические катаральные заболевания.

"Когда обе миндалины и аденоиды будут удалены, носовые оболочки, в свою очередь, станут застойными и опухшими. Часто выделение слизи увеличивается до угрожающей степени, и часто появляются полипы и другие новообразования, или кости носовых раковин размягчаются, набухают и закупоривают носовые ходы, что снова делает пациента "любителем подышать ртом".

"Но напрасно Природа протестует против местного симптоматического лечения. Науке нечему у нее учиться.

"Когда нос берет на себя работу опосредованного выведения, прибегают к тому же способу лечения. Слизистые оболочки носа теперь протираются тампонами и опрыскиваются антисептиками и вяжущими средствами или "прижигаются" прижигателями, электричеством и т.д. Удаляются полипы, а часто и части носовой раковины и перегородки, чтобы открыть дыхательные пути.

Теперь, конечно, пациент должен быть вылечен. Но, как ни странно, возникают новые, более серьезные проблемы. Задние носовые проходы и горло в настоящее время поражены хроническими катаральными заболеваниями, и мокрота и слизистые выделения, попадающие в горло, вызывают сильное раздражение. Эти катаральные состояния часто распространяются на слизистые оболочки желудка и кишечника.

"Когда дренажная система носа и носоглоточных полостей полностью разрушена, загрязнения должны либо подниматься вверх в мозг, либо опускаться в железистые структуры шеи, оттуда в бронхи и ткани легких.

"Если тенденция идет вверх, к мозгу, пациент становится нервным и раздражительным или унылым и апатичным. Как часто ребенку делают выговор или даже наказывают за лень и невнимательность, когда он ничего не может с собой поделать? Во многих случаях болезненное вещество поражает определенные центры в мозге и вызывает нервные расстройства, истерию, танец Святого Витта, эпилепсию и т.д. У детей загрязнения часто выходят через барабанные перепонки в виде гнойных выделений. Это часто может предотвратить воспаление мозга, менингит, слабоумие или детский паралич.

"Если тенденция подавления загрязнений и ядов направлена вниз, это часто приводит к гипертрофии и дегенерации лимфатических желез шеи. В таких случаях вместо ликвидационных и лечебных мер снова применяется подавляющее лечение с помощью лекарств или ножа. Золотушные яды, подавленные и вытесненные из пораженных желез шеи, теперь оседают в бронхах и легких, где они накапливаются и образуют благоприятную почву для роста бацилл пневмонии и туберкулеза.

"В других случаях голосовые органы серьезно поражаются хроническими простудными заболеваниями, аномальными новообразованиями, а на более поздних стадиях - туберкулезом. Многие прекрасные голоса были загублены таким образом.

"Профилактика и излечение всех этих недугов заключаются не в местном симптоматическом лечении и подавлении с помощью лекарств или ножа, а в рациональном и естественном лечении организма в целом".

Глава XI

Рак

Давайте посмотрим, как наши теории о единстве болезни и лечения применимы к раку, страшному и быстро распространяющемуся заболеванию, которое считается абсолютно неизлечимым как мирянами, так и медиками.

Аллопатия утверждает, что единственным возможным средством лечения является "ранняя операция". Тем не менее, в учебниках медицинской науки, а также в медицинских школах и колледжах говорится, что рак и все другие злокачественные новообразования "всегда

возвращаются после удаления". Фактически, ожидается, что каждый студент-медик укажет это в своих экзаменационных работах как часть определения злокачественных опухолей.

Более того, подавляющее большинство практикующих врачей придерживаются мнения, что рак является местным заболеванием. Это подтверждается тем фактом, что они применяют местное, симптоматическое лечение.

Однако на самом деле заболевание носит конституциональный характер. Следовательно, после удаления новообразования хирургическим путем, электрической иглой, рентгеновскими лучами и т.д. Рак или опухоль может прорваться снова в том же месте или в нескольких местах.

Самый верный способ превратить незначительные, так называемые "доброкачественные" (не смертельные для жизни) фиброзные или жировые опухоли в злокачественные - это оперировать их. Жировики и бородавки часто становятся злокачественными в результате хирургического вмешательства или другого местного раздражения.

В моей статье под названием "Что мы знаем о раке" в августовском номере журнала Nature Cure за 1909 год Я цитирую статью Бертон Дж. Хендрика, эксперта по раку, опубликованную в июльском номере журнала McClure's Magazine за 1909 год, следующим образом:

"Клинические наблюдения давно установили тот факт, что любое раздражающее вмешательство в раковую опухоль почти всегда стимулирует ее рост. В своих первых экспериментах доктор Леб обнаружил, что, просто протягивая шелковую нить через бездействующую или медленно развивающуюся опухоль, он мог превратить ее в быстро растущую. Резка ножом производила тот же эффект. Это объясняет широко наблюдаемый факт, что, когда искорененные раковые образования у людей рецидивируют, они увеличиваются в размерах гораздо быстрее, чем первоначальный рост".

Покойный доктор Сенн, великий хирург-онколог, признал эти факты в интервью, данном представителям чикагской прессы по возвращении из кругосветного путешествия в 1906 году. Вырезка из газеты гласит следующее.

"Избегайте косметологов"

Кстати, доктор Сенн советует женщинам, которые беспокоятся из-за уродующих их родинок на голове и плечах, удалять эти так называемые "косметические пятна" в раннем возрасте, но он говорит им, что им не следует обращаться к косметологам для проведения операций.

"Он знает о сотнях случаев, - говорит он, - когда рак возникал в результате раздражения родинок электрической иглой или постоянного их ковыряния. "Попросите хирурга вырезать родинку", - таков его совет, поскольку это будет немного больно и не оставит шрама".

На это мы ответили в наших комментариях к интервью: "Если маленький нож косметолога вызывает рак, то как насчет большого ножа хирурга?"

Фактически, записи нашего офиса показывают, что большой процент злокачественных новообразований является прямым результатом хирургических операций.

Рак - это не местное, а конституциональное заболевание

В течение многих лет я учил в своих лекциях и трудах, а также в частных консультациях с пациентами, что рак - это конституциональное заболевание; что его корни кроются в каждой капле крови в организме; что оно вызвано присутствием определенных болезнетворных примесей или пищевых и медикаментозных ядов в организме; что эти яды раздражают и стимулируют клетки в определенной области и вызывают их ненормальное размножение или пролиферацию в виде доброкачественных опухолей.

Я также утверждаю, что употребление мяса имеет большое отношение к возникновению рака.

Некоторые открытия доктора Х. К. Росса из Лондона, Англия, подтверждают мои утверждения о том, что рак вовсе не имеет локального и случайного происхождения, а является конституциональным и что он может быть вызван постепенным накоплением в организме определенных ядов, которые образуются в разлагающейся животной материи.

Однажды, проводя эксперименты в своей лаборатории, доктор Росс привел лейкоциты в контакт с определенным анилиновым красителем на предметном стекле микроскопа и заметил, что они сразу же начали размножаться путем клеточного деления (пролиферации). Это был первый случай, когда человеческий глаз наблюдал пролиферацию клеток, когда клетки были отделены от своего родительского организма.

Доктор Росс понял, что сделал важное открытие, и продолжил свои эксперименты под микроскопом, чтобы выяснить, какие еще вещества могут вызывать размножение клеток. Он обнаружил, что определенные ксантины и альбуминоиды, полученные из разлагающегося животного сырья, были наиболее эффективными для этой цели и вызывали более быструю пролиферацию клеток, чем любые другие вещества, которые ему удавалось добыть.

Доктор Росс получил эти "гниющие алкалоиды", как он их называл, из крови, которой дали разложиться в теплом месте. Он обнаружил, что альбуминоиды, полученные из разлагающихся растительных веществ, не оказывают такого эффекта.

Его открытия привели его к мысли, что гнилостные алкалоиды, образующиеся при порезе или ране в результате разложения мертвых клеток крови и тканей, являются причиной быстрого размножения соседних живых клеток, которые постепенно заполняют рану новыми тканями.

Таким образом, впервые в истории медицины было предложено рациональное объяснение природных методов восстановления поврежденных тканей.

Доктор Росс применил свою теорию еще дальше к причинности доброкачественных и злокачественных новообразований, рассуждая о том, что гнилостные алкалоиды, вырабатываемые в определенной части тела или привлекаемые к ней каким-либо местным раздражением, являются причиной быстрого ненормального размножения клеток в опухолевых образованиях.

В доброкачественных опухолях аномальная пролиферация клеток происходит медленно, и они не склонны к немедленному и быстрому распаду и разрушению.

При злокачественных опухолях "дикие" клетки, образующиеся в огромных количествах, распадаются почти так же быстро, как и образуются, потому что аномальные образования лишены нормальной организации. У них отсутствует налаженное регулярное кровоснабжение и

нервная система, а также не обеспечивается адекватный венозный дренаж. Следовательно, они отрезаны от упорядоченной жизни организма и обречены на быстрое ухудшение.

Процессы распада этих опухолевых материалов высвобождают большое количество гнилостных алкалоидов, а они, в свою очередь, стимулируют нормальные, здоровые клетки, с которыми они вступают в контакт, к быстрому ненормальному размножению.

Таким образом, злокачественный рост питается собственными продуктами распада, помимо системных ядов и болезнетворных веществ, уже содержащихся в крови и тканях организма. Эти болезнетворные продукты проникают во всю систему. Циркуляция крови разносит их по всем частям тела. Это объясняет, почему рак является конституциональным заболеванием, почему он, как я уже сказал, "коренится в каждой капле крови".

Это также объясняет, почему рак, или, скорее, предрасположенность к его развитию (диатез), передается по наследству.

Если первоначальный раковый нарост удален хирургическим вмешательством, рентгеновскими лучами, электрической иглой, прижиганием или любой другой формой местного лечения, ядовитые вещества (гнилостные алкалоиды) в крови создадут другие очаги аномальной, дикой пролиферации. Медицинская наука применила термин "метастазирование" к такому распространению и повторному появлению злокачественных опухолей после экстирпации.

Результаты доктора Росса проливают интересный свет на взаимосвязь между раком и употреблением мяса. Разве не очевидно, что в пищеварительном тракте, большую часть времени заполненном большими массами частично переваренной и разлагающейся животной пищи, образуются огромные количества гнилостных алкалоидов? Они всасываются в кровоток, притягиваются к любой точке, где существует та или иная форма местного раздражения, а затем стимулируют клетки в этой области к аномальной пролиферации.

"Но, - скажут, - употребление мяса само по себе не является причиной развития рака, потому что вегетарианцы также подвержены этому заболеванию". Это правда. Гнилостные алкалоиды постоянно вырабатываются в организме каждого животного и человека. Они образуются в выделениях живых клеток и в разлагающейся протоплазме мертвых клеток, и если органы выделения не функционируют должным образом, эти болезнетворные вещества будут накапливаться в организме.

Более того, глазной диагноз является положительным доказательством того, что теория Ганемана о псоре основана на истине. Я цитирую свою статью в журнале "Nature Cure" за август 1909 года:

"В течение ста лет теория Ганемана о псоре подвергалась критике и высмеиванию со стороны аллопатических школ, и даже среди гомеопатов лишь немногие приняли ее. Теперь мы сталкиваемся с замечательным фактом, что в наши последние дни Глазной диагноз подтверждает наблюдения и предположения великого гения гомеопатии.

"После подавления зудящих высыпаний, вшей, крабовых вшей и т.д. В разных местах радужной оболочки глаза появляются пятна цвета от светло-коричневого до темно-красного. Эти "зудящие пятна" указывают на органы и участки тела, в которых сконцентрировались подавленные болезнетворные очаги.

"Такие подавления представляют собой не только золотушные инфекции, которые Природа пыталась устранить с помощью высыпаний и паразитов, но, в дополнение к ним, яды, содержащиеся в телах паразитов, и лекарственные яды, которые использовались для подавления или уничтожения их.

"Было обнаружено, что тела чесоточных паразитов (~ *Sarcoptes scabiei* ~) содержат чрезвычайно ядовитое вещество, которое гомеопаты называют "псорином". Когда эти крошечные животные, роющиеся в коже и под ней, погибают от ядовитых лекарств и антисептиков, болезненные загрязнения в их телах поглощаются организмом и добавляются к псориатическим ядам, которые Природа пыталась устранить.

Таким образом, после подавления зудящих высыпаний или паразитов организм заражается тремя ядами вместо одного: (1) наследственными или приобретенными золотушными и псориатическими инфекциями, которые клетки организма выбрасывали в кровоток и которые кровь подавляла паразитам на поверхности, (2) болезнетворными веществами, содержащимися в телах паразитов, (3) лекарственными ядами, используемыми в качестве подавляющих средств. (Такие яды могут находиться в латентном состоянии в организме в течение многих лет, прежде чем они станут активными, и в сочетании с другими болезнетворными загрязнениями, а также с пищевыми и лекарственными ядами вызывать различные формы хронических деструктивных заболеваний.)

"Эти факты объясняют, почему зудящие пятна в различных областях радужной оболочки глаза так часто указывают на серьезные хронические, деструктивные заболевания в частях и органах тела, соответствующих этим областям, почему; например, при астме и туберкулезе мы часто обнаруживаем зудящие пятна в области, представляющей легкие, или почему при раке печени или желудка зудящие пятна проявляются в области желудка или печени.

"О том, что зуд или псориатическая инфекция на самом деле лежат в основе ракового диатеза, свидетельствует тот факт, что все раковые больные, которых мы лечили, за двумя исключениями (у которых кризис заживления принял форму фурункулеза), в тот или иной момент во время естественного лечения начинали испытывать зуд. В большинстве этих случаев тела пациентов были воспалены огненными высыпаниями в течение нескольких дней или даже недель подряд.

"Природное лечение позволяет этим кризисам заживления протекать беспрепятственно; фактически, мы поощряем их воздушными и солнечными ваннами, лечением холодной водой и гомеопатическими средствами".

Сказанное подтверждает мое утверждение о том, что доброкачественные и злокачественные опухоли можно вылечить, только тщательно очистив организм от всех болезненных и ядовитых загрязнений и восстановив кровь до нормального состояния, то есть обеспечив ее надлежащими элементами питания, особенно важнейшими органическими солями.

То, что это не просто теория, а реальный факт, было доказано в крупнейших онкологических институтах Европы и нашей страны. Ученые, возглавляющие эти учреждения, сообщают, что они обнаружили положительное лекарство от рака у животных. Лечение заключается в следующем:

Кровь откачивается из тела собаки или другого животного, пораженного раком, и сразу же после этого кровь здорового животного, у которого обнаружен иммунитет к прививке от рака,

перекачивается в тело больного животного. Сообщается, что в девяти случаях из десяти пролеченных таким образом раковых образований они исчезают.

Такое лечение, конечно, влечет за собой смерть животного, которому пришлось отдать свою живую кровь, чтобы вылечить другое, и поэтому этот метод лечения не подходит для людей. Даже если человек с суицидальными намерениями был бы готов расстаться с жизнью ради предусмотренного законом наследства своим родственникам, закон не санкционировал бы такую сделку.

Однако мы, представители школы естественного лечения, говорим, что нет необходимости откачивать больную кровь из организма. Благодаря естественным методам жизни и лечения мы обладаем средствами очистки и регенерации этой крови, пока она находится в организме. То, что это возможно, мы доказали на ряде случаев рака.

Однако очевидно, что чем раньше заболевание будет излечено естественными методами, то есть до того, как процесс разрушения далеко продвинется, тем легче и быстрее будет излечение.

Таким образом, в случае с опухолями мы снова видим подтверждение фундаментального закона Естественного излечения: единства болезни и Лечение. Мы видим, что опухоль имеет не местное, а конституциональное происхождение, что период ее инкубации может растянуться на всю жизнь или на несколько поколений.

Глава XII

Страдания женщин

Определенные заболевания, свойственные женскому организму, стали почти повсеместными среди цивилизованных рас. Вероятно, большинство хирургических операций проводится по поводу так называемых женских болезней. То, что женщины испытывают невыразимые муки во время менструации, при родах и в период климакса, считается неизбежным и само собой разумеющимся.

Тот факт, что коренные женщины Африки, Сандвичевых островов, южноамериканского буша и наших западных равнин практически не подвержены этим заболеваниям, указывает на то, что причина женских проблем, должно быть, кроется в искусственном образе жизни и неестественном лечении болезней.

Многие начинают осознавать эти истины. Для них наступает новая эра, когда знание освободит Женщину от физических страданий, как оно освободило ее от других оков.

В наших бесплатных клиниках для офтальмологической диагностики часто встречаются случаи, подобные приведенным ниже:

Одна дама рассказывает нам, что она уже много лет страдает от осложнения женских проблем. На ее глазах виден густой налет, указывающий на неактивную, атрофированную кожу, плохое поверхностное кровообращение и, как результат этого состояния, неполноценное выведение через кожу и накопление отходов жизнедеятельности и системных ядов в организме. В областях желудка и кишечника обнаруживаются признаки хронического катарального поражения и атрофии мембранозных выстилок и железистых структур. Это, конечно, означает несварение

желудка, брожение пищи, газообразование, запоры и множество возникающих в результате этого нарушений.

Признаки на радужной оболочке также указывают на атоническое, расслабленное и опущенное состояние желудка, кишечника и других органов брюшной полости. Это, вероятно, вызовет провисание половых органов, расслабление бандажей и связок, удерживающих их на месте, и, в результате этого расслабления, смещение матки.

Мы рассказываем пациентке о наших результатах в ее глазах, и она признает все состояния и симптомы, которые мы описываем, но она не удовлетворена, потому что наш диагноз не согласуется с диагнозом великих специалистов и профессоров медицины, с которыми она консультировалась. Каждый из них сказал ей, что все ее проблемы происходят из-за того, что ее матка искривлена и загнута назад, что она давит на прямую кишку (это является причиной ее хронических запоров и затрудненных менструальных выделений, заложенности, боли и т.д.), И что матка должна быть возвращена в нормальное положение с помощью хирургической операции.

В этом и многих подобных случаях, обратившихся к нам за лечением, именно расслабленное и опущенное состояние желудка и кишечника вызвало опускание (выпадение) матки с сопутствующими тревожными симптомами. В некоторых случаях матка, а вместе с ней и мочевого пузыря опускались так низко, что выступали из влагалища. Во всех этих случаях, как рассказали нам все без исключения пациентки, профессора и специалисты заверили их, что хирургическое лечение, укорачивание связок, установка pessaries, рассечение и поднятие матки и т.д. Были единственно возможными способами лечения этих заболеваний.

Итак, мы объясняем женщине, что расслабленное и опущенное состояние половых органов, неправильное положение матки и т.д. Не являются причинами заболевания, а лишь следствиями ослабленного и расслабленного состояния органов пищеварения, и что это, в свою очередь, происходит из-за несварения желудка, неправильного питания, неполного выведения через кожу, кишечник и почки; что, следовательно, единственная возможность излечения заключается в исправлении и преодолении этих конституциональных состояний с помощью элиминирующей диеты, кроветворных средств и других естественных методов; что кровь должна накапливаться на нормальной основе, а не только в организме. и что пищеварительный тракт и другие органы брюшной полости должны стать более живыми и активными с помощью водолечения, массажа, манипуляций на позвоночнике, общих и специальных упражнений, воздушных и солнечных ванн и т.д.

Таким образом, в тысячах случаев мы излечивали женские болезни без ядовитых лекарств или хирургических операций, просто улучшая пищеварение, очищая кровь и укрепляя органы брюшной полости естественным образом.

С другой стороны, почти ежедневно мы встречаемся со случаями невыразимых страданий как прямого следствия операций, использования pessaries и т.д., Которые только еще больше ослабляли половые органы и приводили ко всевозможным осложнениям, воспалениям, спайкам и т.д., А во многих случаях и к злокачественным опухолям.

В этой связи я хотел бы особо предостеречь от использования pessaries. Они в лучшем случае являются лишь механическим приспособлением и ничего не добавляют к улучшению болезненного состояния. С другой стороны, они раздражают органы брюшной полости

чрезмерным давлением, что во многих случаях вызывает воспаление соседних тканей и аномальные образования.

Подавление воспаления половых органов ядовитыми антисептиками, спреями, тампонами или другими местными средствами только усугубляет хронические заболевания. Выскабливание (выскабливание) матки не излечивает катаральное заболевание, а служит лишь для разрушения ее нежной слизистой оболочки и подавления катарального выделения. Поддерживать матку с помощью пессария для укрепления ее мышц и связок примерно так же разумно и эффективно, как пытаться укрепить слабую руку, нося ее на перевязи. Замена или удаление неуместно расположенных или пораженных органов с помощью хирургического вмешательства ничего не способствует устранению причин этих аномальных состояний, но во многих случаях делает реальное излечение невозможным. Как можно вылечить орган после того, как он был удален ножом?

Каждому наблюдающему врачу известен факт, что от пятидесяти до семидесяти пяти процентов всех женщин имеют какое-либо неправильное расположение половых органов и что лишь сравнительно небольшое их количество страдает от местных нарушений, что указывает на то, что в большинстве случаев само по себе неправильное расположение половых органов не создает серьезных проблем.

Нелепо предполагать, что маленькая, дряблая матка анемичной женщины может закупорить прямую кишку и вызвать заболевание, но это отличная тема для разговора, столь же эффективная для доставки жертв на операционный стол, как аппендицит с его сказками о семенах и инородных телах, оседающих в червеобразном отростке.

Изучая природолечение в Германии, я прошел специальные курсы массажа Туре-Брандта. С помощью этого внутреннего манипулятивного лечения слабость связок и мышц, смещения, спайки и т.д. Могут быть исправлены без использования ножа или лекарств. В течение первых лет моей практики я часто прибегал к внутреннему мануальному лечению с хорошими результатами; но я обнаружил, что в большинстве случаев это вовсе не было необходимо для получения идеального лечения.

Я увидел, что хиропрактики и остеопатической коррекции поражений позвоночника и органов малого таза и последующего устранения раздражения и давления на нервы, лечения хронических запоров и неправильного питания с помощью чистой пищевой диеты и гидротерапии, укрепления мышц и нервов малого таза с помощью активных и пассивных движений и упражнений было полностью достаточно для исправления местных симптомов естественным образом. Тысячи случаев, вылеченных нами с помощью этих методов, подтверждают правдивость наших утверждений; в то время как те, кто не смог понять простых рассуждений философии естественного лечения или у кого не хватило силы воли противостоять доводам друзей и врачей, последовали зову сирены операционного стола и с тех пор сожалеют об этом.

В случае операции по смещению матки необходимо, чтобы сохранить матку в ее новом положении, подшить ее к передней брюшной стенке. Очень часто она не удерживается на месте, вырывается и принимает ненормальное положение. Допустим, что она остается фиксированной, горе женщине, если она забеременеет. Матка не может принять постоянно

меняющееся положение во время беременности, и результатом является либо аборт, либо пороки развития плода, а также большие и постоянные страдания женщины.

Операция не помогла исправить неестественный образ жизни или очистить организм от золотушных и псориазических инфекций, от лекарственных и пищевых ядов. Часто они скапливаются в тех частях тела, которые были ослаблены и раздражены антисептиками и ножом хирурга, и вызывают новые воспаления, изъязвления и, слишком часто, злокачественные опухоли. В результате одна операция следует за другой.

Мы не можем разрезать половые органы, не разрезав мозг. Нервная система - это единое целое, и мозг напрямую и тесно связан со сложными и высокочувствительными нервными центрами половых органов. Таким образом, повреждение нервных центров половых органов неизменно влияет на мозг, а следовательно, и на интеллектуальную и эмоциональную жизнь женщины. Почти аксиомой является то, что женщина, чья матка или яичники были удалены или изуродованы, впоследствии более или менее ненормальна в умственном и эмоциональном плане. Нервозность, раздражительность и слишком часто нервная прострация и безумие являются последствиями оперативного лечения.

В медицинских колледжах, среди студентов и профессоров, эти факты свободно признаются и обсуждаются, но будущий пациент слышит другую историю. "Освободите матку, сократите связки, установите ее в правильное положение, и все будет хорошо". Это звучит правдоподобно и соблазнительно, но повседневный опыт показывает неадекватность и разрушительные последствия местного симптоматического лечения.

Климактерический период или Изменение жизни

При наших искусственных методах жизни "климактерический период", или смена жизни, стал пугалом женственности. По-видимому, повсеместно считается, что этот период в жизни женщины должен быть сопряжен с многочисленными страданиями и опасностями. Считается само собой разумеющимся, что во время этих изменений в своем организме женщина подвергается самым серьезным физическим, психическим недугам, которые могут поставить под угрозу ее рассудок, а часто и жизнь.

Подобно ревматизму, неврастении, невралгии и сотням других медицинских терминов, "изменение образа жизни" - удобная фраза для прикрытия невежества врача. Независимо от того, какие недуги постигают женщину в возрасте от сорока до пятидесяти лет, даже если причины их очень неясны, поставить диагноз легко. "У вас климактерический период, вы страдаете от перемен в жизни", - говорит врач, и пациентка удовлетворена и смиряется с неизбежным.

Часто женщины приходят к нам на консультацию и после перечисления длинной череды проблем заканчивают замечанием: "Конечно, доктор, я меняюсь, и я знаю, что многие из этих вещей естественны в моем возрасте".

Правда ли, что все эти страдания естественны и неизбежны? Среди примитивных рас земли страдания, связанные с изменением образа жизни, практически неизвестны. То же самое верно в меньшей степени для населения европейских стран. Следовательно, причины этого следует искать в искусственном образе жизни, характерном для нашей гиперцивилизации, и в неестественных методах лечения болезней, которые обычно практикуются.

Каковы конкретные причины глубоких нарушений, столь часто сопровождающих органические изменения в период климакса?

Помимо других физиологических функций, менструации являются для женщины ежемесячным кризисом очищения, посредством которого природа выводит из ее организма значительное количество отходов и болезнетворных веществ, которые при естественном режиме жизни выводились бы через органы очищения, то есть легкие, кожу, почки и кишечник.

Чем естественнее жизнь и, как следствие, нормальнее физическое состояние женщины, тем короче и менее раздражающими и болезненными, в определенных пределах, будут менструации.

Из-за неестественных привычек есть, пить, одеваться, дышать и из-за столь же неестественных методов медицинского лечения почки, кожа и кишечник стали неактивными, онемевшими или парализованными. Пока продолжается заместительное ежемесячное очищение с помощью менструаций, пагубные последствия вялого состояния обычных органов очищения не становятся столь очевидными. Организм научился приспосабливаться к этому способу выведения.

Но когда из-за органических изменений климактерического периода менструации прекращаются, тогда системные яды, которые раньше выводились посредством этого ежемесячного очищения, накапливаются в организме и становятся источником всевозможных неприятностей. Все тенденции к физическим, психическим заболеваниям значительно усиливаются. Ядовитые вещества, циркулирующие в крови, чрезмерно стимулируют или же угнетают и парализуют мозг и нервную систему. Как следствие, психические расстройства являются обычным явлением, тем более что ослабление половых функций сопровождается склонностью к негативизму и гиперчувствительности.

Как можно избежать или вылечить климактерические заболевания?

Разве не очевидно, что самый простой способ избежать проблем, возникающих в этот критический период, и восстановить совершенное равновесие организма заключается в восстановлении естественной активности органов выделения?

Это то, чего легко и успешно достигает Nature Cure с помощью своих естественных методов лечения. Воздушные и солнечные ванны, водные процедуры и массаж придают новую жизнь и активность ослабленной коже. Диетическое питание, хиропрактика и остеопатическое лечение, лечебная гимнастика, гомеопатические или травяные средства восстанавливают естественный тонус и функционирование желудка, печени, почек и кишечника. Систематически практикуемая психотерапия заставляет каждую клетку тела вибрировать высшими и тончайшими силами ментального и духовного планов бытия.

Когда естественное равновесие организма таким образом восстанавливается, нет абсолютно никаких причин для климактерических проблем. Мы доказали это на сотнях случаев. По мере того, как почки, кожа и кишечник начинают функционировать нормально и свободно, физическое и психическое состояние начинает улучшаться, и один за другим исчезают страшные симптомы.

Давайте сравним с этим здравым смыслом естественное лечение ортодоксальной медицинской практики в таких случаях:

Лечение, как обычно, полностью симптоматическое. Вялые органы выделения стимулируются ядовитыми катарсисами, слабительными, потогонными, желчегонными и тонизирующими средствами, все из которых после временной стимуляции оставляют органы более ослабленными, а систему - в более отравленном состоянии. Если мозг и нервы раздражены и болят, им дают седативные и снотворные средства, чтобы оглушить их до бесчувственности. Если сердцебиение слабое и нерегулярное, его подстегивают ядовитые стимуляторы; если слишком быстрое, его останавливают и парализуют седативными и депрессантами.

Таким образом, вместо устранения первопричин, все симптомы быстро подавляются. Лекарственные яды добавляются к отходам и болезненным веществам, которые уже засоряют каналы жизни. И, конечно, при таком неестественном обращении во многих случаях дела идут все хуже и хуже. Появляются приливы, головные боли, ревматические и невралгические боли, меланхолия, раздражительность, психические отклонения, частичный паралич и множество других симптомов, которые постепенно усиливаются.

Когда семейный врач доходит до крайности, хирург берет свое и оставляет пациента в еще худшем состоянии хронических страданий.

Эти переживания настолько обычны, что многочисленные проблемы климактерического периода рассматриваются как неизбежные и само собой разумеющиеся. Здесь, как и во многих других случаях, люди не видят, что именно лечение препятствует излечению. Если бы эффективность здравого смысла, естественного лечения была более широко известна и признана, скольких ненужных страданий можно было бы избежать.

Глава XIII

Лечение острых заболеваний естественными методами

В предыдущих главах мы описали результаты неправильного, то есть подавляющего лечения острых заболеваний. Теперь мы перейдем к описанию простых и единообразных методов естественного лечения.

Если единообразие острых заболеваний является фактом Природы, то из этого следует, что должна быть возможность лечить все острые заболевания единообразными методами.

То, что все острые заболевания можно наиболее успешно лечить естественными методами, которые может применять любой человек, обладающий обычным интеллектом, было продемонстрировано более чем семьдесят годами практикующими естественное лечение в Германии, а также мной в течение последних десяти лет на обширной практике.

Одним из многих преимуществ естественного лечения является то, что его можно применять с самого начала, как только проявятся первые симптомы острых лихорадочных состояний. Нет необходимости ждать правильного диагноза данного случая.

Обычному врачу, проводящему специальное лечение множества специфических заболеваний, которые он распознает, часто приходится ждать несколько дней или даже недель, прежде чем ему станет ясна истинная природа заболевания, прежде чем он сможет поставить диагноз или

даже сделать верное предположение. Добросовестный практикующий врач должен отложить фактическое лечение до тех пор, пока симптомы не станут четко выраженными. Тем временем он применяет выжидательное лечение, как это называется на медицинском жаргоне, то есть дает слабительное или плацебо, что-то еще, чтобы успокоить или заставить пациента и его друзей поверить, что что-то делается.

Но в этот период нерешительности и бездействия очень часто упускается лучшая возможность помочь Природе в ее усилиях по исцелению, и воспалительные процессы могут достигать такой вирулентности, что становится очень трудно или даже невозможно удерживать их в конструктивных рамках. Костер, в котором должен был сгореть мусор в помещении, если за ним не следить и не ухаживать, может принять такие размеры, что повредит или разрушит дом.

Следует также иметь в виду, что очень часто острые заболевания не проявляются четко определенными наборами симптомов, которые вписываются в общепринятую медицинскую концепцию определенных специфических недугов. Напротив, во многих случаях симптомы указывают на сочетание различных форм острых заболеваний.

Если характер заболевания нечетко определен и сложен, как же тогда врачу "Старой школы" выбрать надлежащее конкретное средство, При таких обстоятельствах диагноз случая, а также медицинское лечение в лучшем случае будут в значительной степени предположительными.

Сравните с этим ненадежным и неудовлетворительным лечением простые и научные, точные и эффективные естественные методы. Натуральные средства могут быть применены с самого начала, при малейшем проявлении воспалительных и лихорадочных симптомов. Независимо от специфической природы или направления воспалительного процесса, будь то простоя простуда или она принимает форму кори, скарлатины, дифтерии, оспы, аппендицита и т.д. — это не имеет абсолютно никакого значения в способе лечения. Во многих случаях естественное лечение ослабляет вирулентность атаки или приводит к излечению до того, как обычный врач почувствует себя хорошо и будет готов применить свое специфическое лечение.

Далее я кратко опишу эти естественные методы лечения острых заболеваний, которые обеспечивают максимально возможный процент выздоровления и в то же время никоим образом не нагружают систему, не вызывают нежелательных последствий и не приводят к различным формам хронической инвалидности.

Природные Средства

Самые важные из этих натуральных средств можно получить бесплатно в любом доме. К ним относятся: воздух, голодание или элиминирующие диеты, вода и правильный ментальный настрой.

Я полностью убежден, что этих средств, свободно предлагаемых Матерью-природой, достаточно, при правильном применении, для излечения любого острого заболевания, возникающего в организме. Однако, если позволяют обстоятельства, мы можем выгодно дополнить корректирующие манипуляции с позвоночником, массаж, магнитное лечение, передовые методы регенерации (такие как Magnatherm) и гомеопатические, растительные и специальные пищевые добавки.

Лечение на свежем воздухе

Обильное поступление чистого свежего воздуха имеет жизненно важное значение в любое время. Мы можем прожить без пищи несколько недель и без воды несколько дней, но мы не можем прожить без воздуха больше нескольких минут. Точно так же, как огонь в печи не может поддерживаться без хорошей тяги, которая обеспечивает пламя необходимым количеством кислорода, так и огонь жизни в организме не может поддерживаться без обилия кислорода в воздухе, которым мы дышим.

Это жизненно важно в любое время, но особенно при острых заболеваниях, потому что здесь, как мы узнали, активизируются все жизненно важные процессы. Система работает под высоким давлением. Большое количество отходов и вредных веществ, продуктов воспаления, должно быть окислено, то есть сожжено и удалено из системы.

В этом отношении люди, лечащие природой, осуществили одну из величайших реформ в медицине: приток большого количества свежего воздуха в комнату больного.

Но, как ни странно, важность этого важнейшего природного средства до сих пор не получила всеобщего признания среди представителей обычной медицинской школы. Снова и снова меня вызывали в палаты для больных, где по приказу врача все окна были закрыты, и комната наполнилась отвратительными запахами, ядовитые выделения больного организма добавлялись к затхлому воздуху непроветриваемой и часто перегретой квартиры. И это воздушное голодание было навязано выпускниками наших лучших медицинских школ и колледжей. Это противоестественное и непростительное преступление против больных совершается даже в наши последние дни в наших больших больницах под непосредственным наблюдением врачей, которые являются передовыми специалистами в своей профессии.

В комнате больного следует опасаться не сквозняка. Прохладный воздух наиболее приятен и полезен для тела, сгорающего в лихорадочном зное. Чего следует опасаться, так это повторного нагнетания и реабсорбции ядовитых эманаций из легких и кожи больного тела.

Кроме того, вентиляцию помещения можно регулировать таким образом, чтобы обеспечивать постоянную и обильную подачу свежего воздуха, не подвергая находящихся в нем людей воздействию прямого сквозняка. Там, где есть только одно окно и одна дверь, оба могут быть открыты и простыня или одеяло повешены поперек дверного проема, или единственное окно может быть частично открыто сверху и частично снизу, что обеспечивает поступление свежего, холодного воздуха снизу и вытеснение нагретого и загрязненного воздуха сверху. Пациент может быть защищен экраном, или поперек нижней части окна может быть помещена доска таким образом, чтобы предотвратить попадание постоянного потока воздуха на пациента.

В очень холодную погоду или если условия не благоприятствуют постоянной вентиляции комнаты пациента, двери и окна можно широко открывать на несколько минут каждые несколько часов, при этом тело и голова пациента будут хорошо защищены. При соблюдении этих мер предосторожности нет абсолютно никакой опасности простудиться. При правильной комнатной температуре частое воздействие обнаженного тела пациента на воздух и солнечный свет будет признано наиболее полезным и часто вызовет сон, когда другие средства не помогают.

Я бы настоятельно предостерег от чрезмерного согревания пациента. Это особенно опасно в случае с маленькими детьми, которые не могут самостоятельно принимать решения или высказывать свои желания. Я часто видел детей с высокой температурой, закутанных в тяжелые

одеяла, находясь под ошибочным впечатлением со стороны обслуживающего персонала, что их нужно держать в тепле и защищать от возможного сквозняка. Во многих случаях воздух под одеялом действительно был горячим. Это, конечно, не способствует уменьшению жара в теле пациента.

"Натуральная диета" при острых заболеваниях

С появления первых подозрительных симптомов до спада температуры и появления сильного, естественного чувства голода кормление следует сократить до минимума или, что еще лучше, полностью приостановить.

В случаях крайней слабости, когда острые и подострые процессы затягиваются надолго и пациент сильно исхудал, желательно давать такие легкоусвояемые продукты, как яичный белок, молоко, пахту и цельнозерновой хлеб со сливочным маслом в сочетании с сырыми и тушеными фруктами и с овощными салатами, приготовленными с лимонным соком и оливковым маслом.

Количество питьевой воды должно регулироваться по желанию пациента, но его следует предупредить, чтобы он не принимал больше, чем необходимо для утоления жажды. Большое количество воды, поступающей в организм, чрезмерно разжижает кровь и другие жидкости и выделения организма, что приводит к усилению общей слабости и снижению сопротивляемости пациента силам болезни.

Воду можно сделать более приятной на вкус и в то же время более эффективной в целях выведения токсинов, добавив несладкий сок кислых фруктов, таких как апельсин, грейпфрут или лимон, примерно одну часть сока на три части воды. Свежий ананасовый сок очень полезен, за исключением случаев повышенной кислотности желудка. Свежий несладкий сок винограда Конкорд также полезен.

Кислые и слабокислые фруктовые соки не содержат достаточного количества углеводов или белков, чтобы чрезмерно стимулировать процессы пищеварения, в то время как, с другой стороны, они очень богаты лучшими природными лекарствами - минеральными солями в органической форме. Сладкий виноград и подслащенный виноградный сок не следует давать пациентам, страдающим острыми лихорадочными заболеваниями, поскольку в них содержится слишком много сахара, который может запустить процессы переваривания и ассимиляции, вызвать болезненное брожение, повысить температуру и ускорить другие симптомы заболевания.

Пост

Полное воздержание от пищи во время острых лихорадочных состояний имеет первостепенное значение. При некоторых заболеваниях, которые будут упомянуты позже, особенно при заболеваниях пищеварительного тракта, голодание необходимо продолжать в течение нескольких дней после исчезновения всех симптомов лихорадки.

Нет большей ошибки, чем то, что пациента необходимо поддерживать в тонусе большим количеством питательной пищи и питья или, что еще хуже, стимуляторами и тонизирующими средствами. Это само по себе совершенно неправильно, и, кроме того, привычку и аппетит часто ошибочно принимают за голод.

Обычное зрелище, которое можно наблюдать у постели больного, - это когда благонамеренные, но введенные в заблуждение родственники и друзья навязывают пациенту еду и питье, часто по приказу врача, когда весь его организм восстает против этого, и вызванный тошнотой желудок изгоняет пищу сразу после приема. Затем прибегают к седативным и тонизирующим средствам, чтобы заставить органы пищеварения подчиниться.

Отвращение к еде во время острых заболеваний, независимо от того, представляют ли они собой кризисы выздоровления или болезни, совершенно естественно, потому что весь организм, включая слизистые оболочки желудка и кишечника, занят работой по элиминации, а не ассимиляции. Тошнота, слизистые и зловонные выделения, запор, чередующийся с поносом, и т.д. указывают на то, что органы пищеварения выбрасывают болезнетворные вещества и что они не в состоянии принимать и ассимилировать пищу.

Обычно пищеварительный тракт действует подобно губке, которая впитывает элементы питания; но при острых заболеваниях процесс обратный, губка сжимается и выделяет большое количество болезнетворных веществ. Процессы пищеварения и ассимиляции остановлены. Фактически, весь организм находится в состоянии прострации, слабости и бездействия. Жизненная энергия концентрируется на процессах очищения и заживления. Соответственно, нет потребности в пище.

Это подтверждается тем фактом, что человек, голодающий в течение определенного периода, скажем, четырех недель, в течение серьезного острого заболевания, не потеряет в весе почти столько же, сколько тот же человек, голодающий четыре недели в дни здоровой активности.

Именно по вышеуказанным причинам пища, принимаемая во время острого заболевания, не переваривается должным образом, не ассимилируется и не преобразуется в здоровую кровь и ткани. Вместо этого он бродит и разлагается, наполняя систему отходами и ядовитыми газами. серьезно препятствует выведению болезнетворных веществ через желудок и кишечник, заставляя эти органы выполнять работу по перевариванию и ассимиляции. отвлекает жизненные силы от борьбы с болезненными состояниями и использует их для удаления из организма худшего, чем бесполезный пищевой балласт.

Это объясняет, почему прием пищи во время лихорадочных заболеваний обычно сопровождается повышением температуры и обострением других симптомов заболевания. Пока есть признаки воспалительных, лихорадочных состояний и нет аппетита, не бойтесь полностью отказаться от пищи, если это необходимо, на пять, шесть или семь недель. В моей практике было несколько пациентов, которые не принимали никакой пищи, кроме воды, в которую были добавлены кислые фруктовые соки, более семи недель, а затем быстро и полностью выздоравливали.

В случаях гастрита, аппендицита, перитонита, дизентерии или брюшного тифа воздержание от пищи абсолютно необходимо. Не следует принимать даже молоко до тех пор, пока лихорадка и воспаление полностью не спадают, а затем следует подождать несколько дней для заживления и восстановления поврежденных тканей. Многие серьезные хронические последствия этих заболеваний возникают из-за слишком раннего кормления, которое не дает целительным силам природы времени восстановить отслоившиеся мембраны и поврежденные органы.

После длительного голодания необходимо соблюдать большую осторожность при приеме пищи. Можно безопасно принимать очень небольшое количество легкой пищи с интервалом в

несколько часов. Хороший план, особенно после приступа брюшного тифа или дизентерии, - прервать голодание, тщательно разжевав одну или две столовые ложки попкорна. Это хорошо очищает пищеварительный тракт и запускает перистальтику кишечника лучше, чем любая другая пища.

Примерно через два часа после приготовления попкорна можно добавить столовую ложку вареного риса и один-два вареных чернослива или небольшое количество какого-либо другого компота из фруктов.

В течение нескольких дней или недель после голодания, в зависимости от тяжести острого заболевания или кризиса выздоровления, следует придерживаться диеты, состоящей в основном из сырых фруктов, таких как апельсины, грейпфруты, яблоки, груши, виноград и т.д., и сочных овощей, особенно листьев салата, сельдерея, капустного салата, кресс-салата, молодого лука, помидоров или огурцов. К овощам не следует использовать никаких приправ или заправок, кроме лимонного сока и оливкового масла.

Водолечебница при острых заболеваниях

Мы утверждаем, что при острых заболеваниях водолечение достигнет всех полезных эффектов, которые практикующие "старой школы" приписывают лекарствам, и что применение воды даст желаемые результаты гораздо эффективнее и без каких-либо вредных побочных эффектов на организм.

Основными целями, которые должны быть достигнуты при лечении острых воспалительных заболеваний, являются:

Для снятия внутреннего застоя и, как следствие, боли в пораженных частях тела. Для поддержания температуры ниже опасной точки путем усиления теплового излучения через кожу. Для повышения активности органов выделения и, таким образом, для облегчения удаления болезнетворных веществ из организма. Для увеличения положительных электромагнитных энергий в организме. Увеличить количество кислорода и озона в системе и тем самым способствовать окислению и сгоранию отходящих веществ.

Вышеуказанных целей можно достичь наиболее эффективно с помощью простой обработки холодной водой. Каким бы ни было острое состояние, будь то обычная простуда или наиболее серьезный тип лихорадочного заболевания, аппликации, подробно описанные на следующих страницах, применяемые отдельно, в сочетании или попеременно в зависимости от индивидуальных условий, всегда будут уместны и достаточны для достижения наилучших возможных результатов.

Ванны и омовения

Охлаждающие спреи или, если пациент слишком слаб, чтобы вставать с постели, ванны с холодной губкой или омовения, повторяемые при повышении температуры, очень эффективны для поддержания температуры ниже опасной, для снятия застойных явлений внутри тела и для стимулирования выведения системных ядов через кожу.

Однако необходимо соблюдать осторожность, чтобы не снизить температуру слишком сильно из-за чрезмерного похолодания или чрезмерно продолжительной продолжительности нанесения. Подавить воспалительные процессы с помощью холодной воды или пакетов со льдом можно так же легко, как с помощью ядовитых антисептиков, противогрибковых препаратов и хирургических операций.

Достаточно снизить температуру чуть ниже опасной отметки. Это позволит воспалительным процессам протекать своим естественным путем через пять прогрессирующих стадий воспаления, и за этим естественным ходом последует совершенная регенерация пораженных частей.

В нашем санатории мы используем только воду обычной температуры, текущую из крана, и ни при каких обстоятельствах не пакеты со льдом или воду со льдом. Прикладывание льда сохраняет части тела, к которым оно прикладывается, в охлажденном состоянии. Кровообращение не реагирует, и воспалительные процессы, таким образом, наиболее эффективно подавляются.

Подводя итог: Никогда не снижайте температуру с помощью холодных ванн, омовений, влажных компрессов и т.д., а просто снижайте ее ниже опасной отметки. Например, если определенный тип лихорадки имеет тенденцию повышаться до 104 градусов по Фаренгейту или более, снизьте ее примерно до 102 градусов. Если лихорадка обычно проходит при более низкой температуре, скажем, при 102 градусах по Фаренгейту, не пытайтесь снизить ее более чем на один-два градуса.

Если температура ниже нормы, то есть ниже нормальной температуры тела, компрессы следует накладывать таким образом, чтобы создавался согревающий эффект, то есть следует использовать меньше влажных тряпок и больше сухого покрытия, а компрессы оставлять на теле на более длительное время, прежде чем их менять. Более подробные инструкции будут даны на последующих страницах.

Никогда не упускайте из виду тот факт, что лихорадка сама по себе является процессом исцеления, очищения, который нельзя сдерживать или подавлять.

Использование горячей воды вредно

Совершенно неправильным является прикладывание горячей воды к очагам воспаления, таким, например, как воспаленный аппендикс или яичники, растяжения связок, ушибы и т.д. Почти в каждом случае, когда меня вызывают для оказания помощи при остром аппендиците или перитоните, я нахожу горячие компрессы или грелки с горячей водой, с помощью которых воспаленные участки постоянно поддерживаются в перегретом состоянии. Именно таким образом простое воспаление перерастает в абсцесс и становится более серьезным и опасным.

Горячий компресс или грелка временно отводят кровь от воспаленного участка на поверхность; но если горячее прикладывание не будет продолжаться постоянно, кровь, по Закону действия и противодействия, будет отступать с поверхности внутрь, и в результате внутренний застой станет таким же сильным, как раньше, или даже больше, чем раньше.

Если горячие аппликации продолжают, прикладываемое тепло, как правило, сохраняет и увеличивает тепло в воспаленных участках.

Воспаление означает, что в пораженной части или органе уже слишком много тепла. Следовательно, здравый смысл диктует применение охлаждающих средств вместо нагревающих.

Холодные компрессы, с другой стороны, оказывают непосредственное охлаждающее действие на очаг воспаления, и в соответствии с Законом действия и реакции их вторичный, длительный эффект заключается в вытягивании крови из перегруженных и нагретых внутренних органов на поверхность, тем самым расслабляя поры кожи и способствуя излучению тепла и удалению загрязнений.

Таким образом, как использование горячей воды, так и льда подлежит категорическому осуждению. Единственным рациональным и естественным методом лечения воспалительных состояний являются компрессы, компрессы и омовения с использованием воды обычной температуры, которая поступает из-под крана с холодной водой.

С помощью простых процедур с холодной водой и голодания все лихорадки и воспаления могут быть уменьшены совершенно естественным образом в течение короткого времени без чрезмерной нагрузки на организм.

Маска для всего тела

Обертывание всего тела наиболее эффективно, если с его помощью пациента можно привести в состояние обильного потоотделения. Затем повязку снимают, и пациенту делают обтирание холодной губкой.

Будет обнаружено, что эта процедура часто вызывает повторное обильное потоотделение, что очень полезно. За этим средством после бритья также следует обтереться холодной губкой.

Такого курса лечения часто бывает достаточно для устранения болезненных веществ, скопившихся в организме, и, таким образом, совершенно естественным образом предотвращать угрожающее заболевание, которое в противном случае могло бы стать опасным для жизни.

Как наносить маску для всего тела

На кровати или раскладушке расстелите два или более одеял в зависимости от их веса. Поверх верхнего одеяла расстелите льняную или хлопчатобумажную простыню, смоченную в холодной воде и отжатую насухо. Пусть одеяла выступают примерно на фут за пределы мокрой простыни в изголовье кровати.

Уложите пациента на влажную простыню так, чтобы она доходила до шеи, и плотно оберните простыню вокруг тела так, чтобы она закрывала каждую часть, заправив ее между руками, по бокам и между ног. Окажется, что простыню можно застелить более плотно и плавно, если поместить отдельные полоски влажного белья между ногами, а также между руками и по бокам тела.

Теперь одеяла складывают одно за другим вверх по ногам и вокруг тела, заворачивают у шеи и перекладывают через грудь, при этом внешние слои удерживаются на месте английскими булавками.

Пациент должен оставаться в этом компрессе для всего тела от получаса до двух часов, в зависимости от цели, которой он должен быть достигнут, и реакции организма на компресс. Если компресс был правильно наложен, пациенту станет тепло через несколько минут.

Ванна для потения в постели

Если пациент не реагирует на компресс, то есть если ему по-прежнему холодно, или если, как это иногда бывает при малярии, лихорадка сопровождается ознобом, или если желательно обильное потоотделение, бутылки, наполненные горячей водой, или кирпичи, нагретые в духовке и завернутые во фланель, следует подложить по бокам и к ногам, под наружное покрытие.

Эта форма применения называется ванночкой для пропотевания в постели. Ее можно использовать с хорошими результатами, когда необходимо прекратить зарождающуюся простуду.

После снятия упаковки тело следует обтереть губкой с холодной водой, как уже указывалось. Используйте для этой цели грубую ткань или турецкое полотенце, а не губку, поскольку последнюю невозможно содержать в идеальной чистоте. Быстро, но тщательно высушите тело и в завершение разотрите руками.

Тем временем влажную постельную одежду следует заменить сухими простынями и одеялами (большим удобством будет установка второй раскладушки), а пациента без промедления уложить в постель и хорошо укрыть, чтобы предотвратить переохлаждение, а также вызвать, по возможности, обильное потоотделение. Затем пациента обтирают губкой во второй раз, укладывают в сухую постель и дают ему отдохнуть.

Если пациент слишком слаб, чтобы вставать с постели, можно нанести холодную губку на большую резиновую простыню или клеенку, покрытую старым одеялом, которое следует положить на кровать перед наложением компресса. Сняв повязку, накройте пациента одеялом, чтобы предотвратить переохлаждение, и быстро, но тщательно вымойте сначала конечности, затем грудь и живот, затем спину, высушив и накрыв каждую часть тела, как только закончите. Снимите с кровати резиновую простыню и заверните пациента в сухие теплые одеяла или перенесите его на другую кровать.

Как правильно наносить маску для укороченного тела

Широкая полоса льна или муслина, отжатая в холодной воде, оборачивается вокруг пациента от подмышек до бедер или коленей в один, два или более слоев, покрытых одним или несколькими слоями сухой фланели или муслина таким образом, чтобы мокрое белье ни в каком месте не выступало.

Аналогичные компрессы можно накладывать на горло, * руки, ноги, плечевые суставы или любую другую часть тела.

Количество слоев влажного белья и сухого покрытия определяется жизненным состоянием пациента, высотой его температуры и конкретной целью применения, которая может заключаться в снижении высокой температуры или повышении температуры при субнормальной температуре для уменьшения внутреннего застоя, способствующего выведению.

Если целью является снижение высокой температуры, следует обернуть тело в несколько слоев влажного белья и неплотно прикрыть одним или двумя слоями сухого бинта, чтобы предотвратить намокание постели. Упаковки необходимо менять, как только они станут сухими или неприятно горячими.

Если целью является повышение температуры ниже нормы, необходимо использовать меньше влажного белья и больше сухого укрывного, а компрессы оставлять на более длительное время, скажем, от тридцати минут до двух часов. Если пациент не реагирует на компресс, по бокам и к ступням следует приложить горячие кирпичи или бутылки, наполненные горячей водой, как описано в связи с компрессом для всего тела.

Если необходимо уменьшить заложенность внутренних органов или если цель состоит в том, чтобы способствовать их выведению, следует использовать меньше влажного белья и больше сухих бинтов.

При нанесении компрессов кровать можно защитить, постелив клеенку поверх матраса под простыней. Но ни в коем случае не следует использовать клеенку или резиновую пленку для внешнего покрытия упаковок. Это может повредить некоторым основным объектам обработки упаковки, особенно тепловому излучению. Наружное покрытие должно быть теплым, но в то же время пористым, чтобы обеспечить отвод тепла и ядовитых газов от тела.

Местные компрессы

В случае местного воспаления, например, при аппендиците, яичнике, колите и т.д., можно накладывать отдельные охлаждающие компрессы под повязку и на очаг воспаления. Эти местные компрессы можно снимать и менять, когда они нагреются и высохнут, не трогая упаковку большего размера.

При любой лихорадке, сопровождающейся высокой температурой, рекомендуется накладывать дополнительный охлаждающий компресс на затылок (область продолговатого мозга и задней части головного мозга), потому что здесь расположены мозговые центры, которые регулируют внутреннюю температуру тела (термотаксические центры), и охлаждение этих мозговых центров оказывает охлаждающее действие на весь организм.

Клизмы

Хотя обычно мы не одобряем инъекции или клизмы, если они не являются абсолютно необходимыми, мы свободно применяем их при лихорадочных заболеваниях, чтобы удалить из прямой кишки и нижних отделов толстой кишки любые скопления болезнетворных веществ и, таким образом, предотвратить их повторное всасывание в организм. В случаях исключительно упорного запора может быть сделана инъекция нескольких унций теплого оливкового масла. Оставьте это средство в толстой кишке примерно на тридцать минут, чтобы содержимое прямой кишки размягчилось, а затем сделайте инъекцию теплой воды.

Как действуют Холодные компрессы

Их Замечательные результаты

(1) Как холодные компрессы способствуют тепловому излучению

У многих людей создается впечатление, что компрессы так быстро снижают температуру при лихорадке, потому что их кладут на холод. Но это не так, потому что, если реакция не очень сильная, компрессы становятся теплыми после нескольких минут контакта с телом.

Быстрое снижение температуры происходит из-за повышенного теплового излучения. Холод компресса может немного снизить температуру поверхности; но именно влажное тепло, образующееся под компрессом на поверхности тела, вытягивает кровь из перегруженных внутренних органов в кожу, расслабляет и открывает ее мельчайшие кровеносные сосуды и поры, и таким образом облегчает отвод тепла от тела.

При лихорадочных состояниях поры и капиллярные кровеносные сосуды кожи напряжены и сузились. Поэтому тепло не может уйти, кожа горячая и сухая, а внутренние части тела остаются перегретыми. Когда кожа расслабляется и пациент начинает обильно потеть, мы говорим, что лихорадка спала.

Влажное тепло под влажным компрессом вызывает расслабление кожи совершенно естественным образом. С помощью этих простых компрессов, за которыми следуют холодные омовения, температуру пациента можно поддерживать на любом желаемом уровне без использования ядовитых противогрибковых препаратов, сывороток и антитоксинов, которые снижают температуру, парализуя работу сердца, дыхание, красные и белые кровяные тельца и, таким образом, в целом снижая жизнедеятельность организма.

(2) Как холодные компрессы Снимают Внутренний застойный процесс

При всех воспалительных лихорадочных заболеваниях кровь застаивается в воспаленных частях и органах. Это вызывает четыре основных симптома воспаления: покраснение, отек, жар и боль.[Рубец, опухоль, толстая и долевая кишки.] Если скопление слишком велико, боль становится чрезмерной, и воспалительные процессы не могут протекать своим естественным путем с максимальной пользой. Поэтому очень важно снизить местное кровяное давление в пораженных частях тела, и наиболее эффективно этого можно добиться с помощью влажных компрессов.

Как уже говорилось, они вытягивают кровь на поверхность тела и таким образом снимают внутренний застойный процесс, где бы он ни существовал, будь то в головном мозге, как при менингите, в легких, как при пневмонии, или в воспаленном аппендиксе.

В нескольких случаях, когда ребенок находился на наиболее опасной стадии дифтерии, когда слизистые оболочки горла и носовых ходов уже душили маленького пациента, влажные компрессы, прикладываемые ко всему телу от шеи до ступней, снимали заложенность в горле так быстро, что в течение получаса после первого применения пациент дышал легко и вскоре полностью выздоравливал. Эффективность этих простых водных процедур в уменьшении застойных явлений, жара и боли практически изумительна.

(3) Как холодные компрессы способствуют выведению токсинов

Безусловно, наибольшее число смертей при лихорадочных заболеваниях является результатом накопления в организме ядовитых веществ, которые парализуют или разрушают жизненно важные центры и органы. Поэтому необходимо как можно быстрее вывести из организма болезненные продукты воспаления.

Это также достигается наиболее эффективно и тщательно с помощью влажных компрессов. Когда они вытягивают кровь к поверхности и расслабляют мельчайшие кровеносные сосуды в коже, болезнетворные вещества, содержащиеся в крови, выводятся через поры кожи и всасываются компрессами. То, что это действительно так, подтверждается желтоватым или коричневатым изменением цвета влажных оберток и их неприятным запахом.

Одной из основных причин запоров при лихорадочных заболеваниях является внутренняя гиперемия и лихорадочный жар. Благодаря охлаждающему и расслабляющему действию компрессов на кишечник, этот внутренний лихорадочный жар уменьшается, и естественная работа кишечника значительно облегчается.

Если запор не проходит, несмотря на компрессы, следует делать инъекции теплой воды каждый день или через день, чтобы предотвратить повторное всасывание ядовитых продуктов из нижних отделов толстой кишки. Но никогда не делайте инъекции холодной воды, надеясь таким образом снизить температуру. Это очень опасно и может привести к летальному исходу.

Электромагнитный эффект

Применение в холодной воде

Одним из наиболее важных, но наименее изученных эффектов водолечения является его влияние на электромагнитные энергии в организме человека. По крайней мере, я никогда не находил никаких упоминаний об этом аспекте лечения холодной водой ни в одной из книг по гидротерапии, которые попадались мне на глаза.

Внезапное нанесение холодной воды или холодного воздуха на поверхность обнаженного тела и вдыхание холодного воздуха в легкие приводят к увеличению количества электромагнитной энергии в системе.

В этом можно убедиться с помощью следующего эксперимента: вставьте одну из пластин электрометра (чувствительного гальванометра) в желудок человека, который некоторое время находился в теплом помещении. Теперь позвольте этому человеку вдохнуть неожиданно свежий, холодный наружный воздух. Гальванометр сразу же зарегистрирует большее количество электромагнитной энергии.

Тот же эффект будет достигнут при быстром нанесении холодного спрея на теплое тело.

Именно внезапное понижение температуры на поверхности тела или в легких и возникающий в результате контраст между теплом внутри и холодом снаружи вызывает повышенное проявление электромагнитной энергии в системе.

Это, наряду с ускорением кровообращения в целом, несомненно, объясняет тонизирующий эффект обертываний холодной водой, таких как холодные компрессы, омовения, спреи, сидячие ванны, ходьба босиком и т.д., А также чудесное бодрящее воздействие свежего холодного наружного воздуха.

Бодрящий эффект холодного воздуха может также в значительной степени объяснить превосходство рас, населяющих умеренные зоны, над расами, населяющими теплые и знойные южные регионы.

Мне кажется, что это очень глупый обычай - убегать от бодрящих северных зим к изнуряющему однообразию южного климата. Одной из причин, по которой я отказался, ценой значительных финансовых жертв, от хорошо зарекомендовавшего себя дома в тexasском городе, который является меккой тех, кто ищет здоровья, было то, что я не хотел растить своих детей в условиях изнуряющего влияния этого прекрасного климата. Я, со своей стороны, хочу, чтобы каждый год была холодная зимняя погода, чтобы расшевелить ленивые кровяные тельца, заставить кровь быстрее циркулировать по системе и заморозить микробы.

В нашей работе по естественному лечению мы постоянно находим, что постоянное применение тепла оказывает изнуряющее воздействие на организм, и что только противоположными влияниями чередования тепла и холода мы можем вызвать естественную стимуляцию, которая пробуждает дремлющие жизненные энергии в организме хронических больных.

Увеличение содержания кислорода и озона

Высвобождение электромагнитных токов при использовании холодной воды оказывает на систему другие очень важные эффекты, помимо стимуляции.

Электричество расщепляет молекулы воды на водород, кислород и озон. У нас есть пример этого в грозе. Мощные электрические разряды, которые мы называем молниями, разделяют водянистые пары в воздухе на эти элементы. Именно увеличение содержания кислорода и озона в воздухе очищает и подслащивает атмосферу после шторма.

Как при острых, так и при хронических заболеваниях требуется большое количество кислорода и озона для сжигания вредных веществ и очистки организма. Определенные комбинации этих элементов являются одними из самых мощных антисептиков и бактерицидов.

Аналогичным образом, электрические токи, создаваемые холодными компрессами, омовениями и другими применениями холодной воды, расщепляют молекулы воды в тканях организма на их составные части. Таким образом высвобождается большое количество кислорода и озона, и эти элементы в значительной степени способствуют окислению и нейтрализации отходов жизнедеятельности и продуктов заболеваний.

Следующий эксперимент доказывает, что внезапные изменения температуры создают электрические токи в металлах: когда два цилиндра из разнородных металлов свариваются вместе, и один из металлов внезапно охлаждается или нагревается, возникают электрические токи, которые будут продолжать течь до тех пор, пока оба металла не достигнут одинаковой температуры.

Другое применение этого принципа обеспечивает оксидонор. Если оба полюса этого маленького прибора подвергнуть воздействию одинаковой температуры, то электричество не проявится; но если один из полюсов прикрепить к теплему телу, а другой погрузить в холодную воду или подвергнуть воздействию холодного воздуха, сразу же начинается высвобождение электромагнитных токов. Эти электрические токи высвобождают кислород и озон, которые, в свою очередь, способствуют окислению и нейтрализации системных ядов.

Однако, согласно моему опыту, применение холодной воды в этом отношении более эффективно, чем оксидонор.

Важность правильного психического и

Эмоциональный настрой при остром заболевании

Мы узнали, что в процессах воспаления происходит битва между целительными силами организма, фагоцитами и естественными антитоксинами, с одной стороны, и болезнетворными микробами, бациллами и т.д., с другой стороны.

Эта битва реальна во всех отношениях, так же реальна, как сражение между армиями живых солдат. В этом конфликте, происходящем при всех острых воспалительных заболеваниях, разум играет ту же роль, что и командующий армией.

Великому полководцу больше всего нужны мужество, невозмутимость и присутствие духа в напряженной битве. Таким образом, разум, командующий огромной армией клеток, сражающихся во время острой болезни за здоровье тела, должен иметь абсолютную веру в превосходство целительных сил Природы.

Если разум пугается воспалительных и лихорадочных симптомов и рисует себе в самых мрачных красках их ужасные последствия, эти сбивающие с толку и отвлекающие мысленные вибрации мгновенно передаются миллионам маленьких солдатиков, сражающихся в пораженных частях и органах. Они также впадают в замешательство и панику.

Возбуждение страха в уме еще больше ускоряет работу сердца и дыхание, усиливает местную гиперемию и значительно увеличивает болезненные накопления в организме. В последних главах этого тома мы особенно подробно рассмотрим ухудшающее влияние страха, тревоги, гнева, раздражительности, нетерпения и т.д. И объясним, как эти и все другие разрушительные эмоции на самом деле отравляют выделения организма.

При остром заболевании мы не можем позволить себе увеличивать количество ядовитых элементов в организме, потому что опасность фатального исхода заключается в значительной степени в параличе жизненно важных центров болезненными и ядовитыми продуктами воспаления.

Все зависит от поддержания максимально возможного притока жизненной силы; и ничто так не ослабляет, как беспокойство, ничто так не препятствует притоку, распределению и нормальной активности жизненных энергий, как страх. Человек, охваченный внезапным испугом, фактически оцепенел и парализован, неспособен мыслить и действовать разумно.

Эти истины можно выразить по-другому. Победа целительных сил при острых заболеваниях зависит от обильного поступления положительных электромагнитных энергий. В первых главах этого тома мы узнали, что здоровье - это позитивно, а болезнь - негативно. Позитивный ментальный настрой веры и невозмутимости создает положительные электромагнитные энергии в организме, таким образом наполняя борющиеся фагоциты повышенной энергией и способствуя секреции антитоксинов и антител, в то время как негативный, полный страха и тревожности настрой ума создает в системе негативные состояния слабости, снижения сопротивляемости и фактического паралича.

В параграфах, посвященных воздействию холодной воды на организм, мы узнали, что электрические токи, создаваемые в организме, расщепляют молекулы воды в тканях на составляющие их элементы (водород и кислород), высвобождая таким образом большое количество кислорода и озона; и что они, в свою очередь, поддерживают процессы горения и

окисления в организме, сжигают отходы и болезнетворные вещества и уничтожают враждебные микроорганизмы.

Однако электромагнитные силы в организме усиливаются не только благоприятной пищей, физическими упражнениями, процедурами с холодной водой, воздушными ваннами и т.д., Но также позитивным настроением ума и воли.

Позитивный ум и воля для тела - то же самое, что магнет для автомобиля. Как электрические искры от магнет воспламеняют газ, вырабатывая таким образом энергию, приводящую в движение машину, так и положительные вибрации, порождаемые уверенной и решительной волей, создают в организме положительные электромагнитные токи, которые стимулируют всю жизнедеятельность.

Обычный опыт учит нас, что концентрация воли на том, что должно быть выполнено, значительно усиливает все физические, умственные и нравственные силы.

Таким образом, победа при острых заболеваниях обусловлена абсолютной верой, самоуверенностью и безмятежностью ума со стороны пациента. Чем больше он проявляет эти гармонизирующие и бодрящие качества ума и души, тем более благоприятными становятся условия для маленьких солдатиков, которые ведут его сражения в воспаленных частях и органах. Кровоток и нервные токи менее затруднены и нарушены, и протекают более нормально. Местная гиперемия устраняется, и это способствует естественному течению воспалительных процессов.

Поэтому, вместо того чтобы поддаваться страху и тревоге, как это происходит с большинством людей в подобных обстоятельствах, не тревожьтесь и не передавайте тревогу миллионам маленьких клеточек, сражающихся в воспаленных участках. Говорите с ними, как командир, обращающийся к своим войскам: "Мы понимаем законы болезни и лечения, мы знаем, что эти воспалительные и лихорадочные симптомы являются результатом целительных усилий Природы, мы полностью уверены в ее мудрости и эффективности ее целительных сил. Эта лихорадка - просто хорошая уборка в доме, кризис исцеления. Мы устраняем болезнетворные вещества, яды и микробы, которые угрожали здоровью и жизни.

"Мы радуемся происходящему сейчас очищению и регенерации, которые приносят пользу всему организму. Не бойтесь! Спокойно и безмятежно выполняйте свою работу! Давайте широко раскроем себя для притока жизни из источника всей жизни в самых сокровенных уголках нашего существа! Жизнь в нас - это жизнь Бога. Мы укрепляемся и становимся целыми благодаря Божественной жизни и силе, которые оживляют вселенную".

Спокойствие вашего разума, подкрепленное абсолютным доверием к Закону и силой сильной Воли, наполняет клетки и ткани новой жизнью и энергией, позволяя им превратить острую болезнь в благоприятный, очищающий и заживляющий кризис.

Далее мы приводим аналогичную формулу для лечения хронических запоров.

Скажите клеткам печени, поджелудочной железы и кишечного тракта:

"Я больше не собираюсь заставлять вас с помощью лекарств или клизм выполнять свой долг. С этого момента вы должны работать по собственной инициативе. Ваши выделения станут более обильными. Каждый день в—час кишечник будет двигаться свободно и легко".

В назначенное время приложите усилие, независимо от того, добьетесь вы успеха или нет, и не прибегайте к клизме до тех пор, пока это не станет абсолютной необходимостью. Если вы будете сочетать с умственными и физическими усилиями естественную диету, холодные сидячие ванны, массаж и остеопатическое лечение, вам будут нужны клизмы со все более длительными интервалами, и вскоре вы сможете полностью отказаться от них.

Однако будьте осторожны и не используйте свой интеллект и силу воли для подавления острых воспалительных и лихорадочных процессов и симптомов. Этого можно достичь силой воли, а также с помощью мешочков со льдом и ядовитых лекарств, и результатом этого будет превращение острых усилий Природы по очищению в хроническое заболевание.

Важность правильного Ментального и Эмоционального

Отношение со стороны Друзей и родственников

То, что только что было сказано о пациенте, относится также к его друзьям и родственникам. Болезнь носит негативный характер. Больной человек чрезвычайно чувствителен к своему окружению. Он легко поддается влиянию любых депрессивных, диссонирующих и раздражающих условий. Он улавливает выражение страха и тревоги во взглядах, словах, жестах и действиях своих сопровождающих, родственников и друзей, и это усиливает его собственную депрессию и мрачные предчувствия.

Особенно это относится к влиянию, оказываемому матерью на своего больного младенца. Между матерью и ребенком существует глубочайшая симпатическая и телепатическая связь. На ребенка влияет не только внешнее выражение страха и тревоги матери, но также скрытые сомнения и отчаяние в уме и душе матери.

Обычно первое, с чем я сталкиваюсь, когда меня вызывают к постели больного ребенка, - это неистовое, почти истерическое психическое состояние матери, и для начала я должен объяснить ей разрушительное влияние ее поведения. Я спрашиваю ее:

"Вы бы добровольно дали своему ребенку какой-нибудь смертельный яд?"

"Конечно, нет", - говорит она, на что я отвечаю:

"Ты осознаешь, что делаешь именно это? Что ваши вибрации страха и беспокойства на самом деле отравляют и парализуют жизненную энергию в теле вашего ребенка и самым серьезным образом препятствуют природным процессам исцеления?"

"Вместо того, чтобы помогать силам болезни уничтожить вашего ребенка, помогите силам исцеления спасти его, поддерживая отношение абсолютной веры, безмятежности, спокойствия и жизнерадостности. Тогда ваш внешний вид, ваш голос, ваши прикосновения передадут вашему ребенку позитивные, магнетические вибрации здоровья и силы. Само ваше присутствие будет излучать целительную силу".

Затем я объясняю, как вера, спокойствие и жизнерадостность с ее стороны успокоят и гармонизируют диссонирующие вибрации болезни в теле ребенка.

В этом заключается *modus operandi*, или рабочая основа любого успешного психического и метафизического лечения.

Краткие сведения

Естественные методы лечения острых заболеваний

~I. Свежий воздух~

Достаточное поступление чистого воздуха в комнату больного. Частое пребывание обнаженного тела на воздухе и солнечном свете. Пациенту не должно быть слишком тепло.

~II. Натуральное питание ~

Минимальное количество легкой пищи, в основном фруктовых и овощных салатов, без приправ. Воды только столько, чтобы утолить жажду, желательно смешанной с кислыми фруктовыми соками. При серьезных острых лихорадочных состояниях и во время кризисов выздоровления вообще никакой пищи. При заболеваниях, поражающих органы пищеварения, голодание должно быть продлено на несколько дней после прекращения лихорадочных симптомов. При быстром разрыве необходимо соблюдать особую осторожность.

~III. Очистка воды ~

Охлаждающие спреи или губчатые ванночки при повышении температуры. Лихорадку и воспаление нельзя купать с помощью обливаний холодной водой, но следует поддерживать температуру ниже опасной. Не следует использовать ни лед, ни горячие аппликации. Влажные компрессы, за которыми следуют холодные обтирания для выведения системных токсинов. Отдельные компрессы накладывайте на очаг воспаления, также на затылок. Вид и продолжительность обертывания определяются состоянием пациента и достижимой целью. При необходимости для облегчения запора вводятся инъекции теплой воды.

~ ВНУТРИВЕННО. Лекарства ~

Никаких ядовитых лекарств, а также любых лекарств или аппликаций, которые могут сдерживать лихорадочные, воспалительные процессы. Гомеопатические лекарства, отвары трав и специальные питательные средства по показаниям.

~V. Манипулятивное лечение ~

Остеопатия, массаж или магнитное лечение по показаниям и в наличии.

~VI. Психологический настрой ~

Смелость, спокойствие и присутствие духа являются важными факторами. Страх и тревога усугубляют болезненные состояния, отравляют выделения организма и препятствуют действию целительных сил. Не подавляйте силой воли острые воспалительные и лихорадочные процессы. Правильный психоэмоциональный настрой родственников и друзей оказывает мощное влияние на пациента.

Глава XIV

Истинная сфера применения медицины

Любой, кто способен прочесть знамения времени, не может не заметить мощного влияния, которое философия естественного лечения уже оказывает на развитие современной

медицинской науки. В Германии молодое поколение врачей было вынуждено по требованию общественности принять естественные методы лечения, и правительство Германии внедрило их в медицинских подразделениях своей армии и военно-морского флота.

В англоязычных странах передовые представители медицинской профессии начинают прямо говорить о доктрине естественного лечения, осуждать использование лекарств и безоговорочно одобрять методы лечения, применяемые естественным путем. В доказательство этого я цитирую статью доктора Уильяма Ослера в "Американской энциклопедии", том X, под названием "Медицина":

Доктор Ослер по медицине

"Новая школа не считает себя обязанной давать какие бы то ни было лекарства, в то время как поколение назад мало кто из врачей не только мог продолжать свою практику, если бы они этого не делали, но и мало кто счел бы это безопасным или научным. Конечно, все еще есть много случаев, когда пациенту или друзьям пациента приходится потакать, назначая лекарство или предполагаемое лекарство там, где оно на самом деле не требуется, и действительно, часто жизнерадостность ума, которая является настоящим целебным средством, можно создать, только заставив его с надеждой ждать ожидаемого действия лекарства; и некоторые врачи все еще не могут отказаться от своего старого обучения. Но перемена велика. Современное лечение болезней в значительной степени опирается на старые, так называемые естественные методы, диету и физические упражнения, купание и массаж — другими словами, предоставление природным силам полного простора за счет легкого и тщательного питания, увеличения притока крови и устранения препятствий для выделительной системы или кровообращения в тканях.

"Одним из ярких примеров является брюшной тиф. В начале девятнадцатого века его лечили "средствами" крайней жестокости — кровотечениями и волдырями, рвотой и промыванием, введением сурьмы и ртути и множеством других героических средств. Сейчас пациента купают, за ним ухаживают, за ним тщательно ухаживают, но редко дают лекарства. Отчасти это результат замечательных экспериментов парижской и венской школ по изучению действия лекарств, которые поколебали самые стойкие верования, а отчасти постоянного и достойного порицания наглядного урока гомеопатии. Ни один обычный врач никогда бы не признал, что гомеопатические препараты, "бесконечно малые величины", могут принести какую-либо пользу в качестве прямых лечебных средств; и все же было совершенно очевидно, что гомеопаты теряют своих пациентов не больше, чем другие. Можно было сделать только один вывод — что большинство лекарств вообще не оказывают никакого эффекта на болезни, от которых они назначаются".

Доктор Ослер, вероятно, является величайшим из ныне живущих медицинских авторитетов в области лекарств. Ранее он был профессором *materia medica* в Университете Джона Хопкинса в Балтиморе, США, а сейчас занимает профессорскую должность в Оксфордском университете, Англия. Его книги по медицинской практике используются, вероятно, в каждом университете и медицинской школе англоязычных стран. Его взгляды на лекарства и их реальную ценность, изложенные в этой статье, должны открыть глаза тем добрым людям, которые считают, что мы, представители школы естественного лечения, в целом слишком радикальны, экстремальны и несколько капризны.

Однако то, что доктор Ослер говорит о "Новой школе", справедливо лишь для нескольких продвинутых представителей медицинской профессии.

На рядовых идея лечения без лекарств оказывает примерно такое же действие, как красная тряпка на бешеного быка. Сегодня все еще очень мало врачей общей практики, которые не лишились бы своего хлеба с маслом, если бы попытались применять к своим пациентам лечение без лекарств. Как профессионалам, так и общественности потребуется гораздо больше образования в области естественных методов лечения, прежде чем они увидят свет.

Во втором предложении своей статьи доктор Ослер признает эффективность психотерапии и терапевтической веры как "целебного средства" и приписывает положительный эффект лекарств их стимулирующему влиянию на разум пациента, а не какому-либо благотворному действию самих лекарств.

Однако что касается происхождения современного метода лечения брюшного тифа, то ученый врач либо дезинформирован, либо искажает факты. Заслуга во внедрении водолечебного метода лечения брюшного тифа принадлежит не "замечательным экспериментам парижской и венской школ". Эти школы и вся медицинская профессия боролись с этим методом лечения вовсю. В течение тридцати лет Присниц, Бильц, Руне, патер Кнайпп и многие другие пионеры естественного лечения подвергались преследованиям, предстали перед судами и предстали перед судом по обвинению в халатности и непредумышленном убийстве за использование своих разумных и естественных методов. Только после того, как доктор Браун из Берлина написал эссе о хороших результатах, полученных при водолечебном лечении брюшного тифа, и оно таким образом получило православное крещение и одобрение, оно было принято передовыми врачами всего мира.

Благодаря лечению брюшного тифа природными средствами смертность от этого заболевания была снижена с более чем пятидесяти процентов при старом медикаментозном лечении до менее чем пяти процентов при лечении водой.

Но средний практикующий врач еще не усвоил из школы естественного лечения, что то же самое простое голодание и холодная вода, которые так эффективно излечивают брюшной тиф, так же верно и легко излечат любую другую форму острого заболевания, как, например, скарлатину, дифтерию, оспу, спинномозговой менингит, аппендицит и т.д. Поэтому мы утверждаем, что нет необходимости в применении ядовитых лекарств, сывороток и антитоксинов для этой цели.

Ссылаясь на последние два предложения статьи доктора Ослера, гомеопаты, на самом деле, потеряли меньше пациентов, чем аллопаты. Более того, эффект гомеопатических препаратов не является полностью отрицательным, как предполагает доктор Ослер. Открытие мельчайшей клетки как основы человеческого организма, с одной стороны, и неограниченной делимости материи, с другой стороны, объясняет рациональность бесконечно малой дозы. Здоровье и болезнь находятся в клетке; следовательно, гомеопат лечит клетку, и размер дозы должен быть пропорционален размеру пациента.

Когда доктор Ослер говорит, что большинство лекарств не оказывают никакого эффекта, он серьезно искажает информацию. Хотя они могут ничего не способствовать излечению болезни, от которой их назначают, сами по себе они часто очень вредны.

Почти все опасные яды, известные человеку, содержатся в аллопатических рецептах. В настоящее время глазной диагноз положительно доказал, что эти яды имеют тенденцию накапливаться в организме, концентрироваться в определенных частях и органах, к которым они имеют особое сродство, а затем вызывать постоянное раздражение и фактическое разрушение тканей. Безусловно, большая часть всех хронических заболеваний возникает или осложняется, с одной стороны, подавлением острых заболеваний с помощью лекарственных ядов, а с другой стороны, разрушительным действием самих лекарств.

Доктор Швеннингер, медицинский советник принца Бисмарка, а позже великого композитора Рихарда Вагнера, опубликовал книгу под названием "Доктор". Эта работа является самым резким обвинением и осуждением современной медицинской практики, особенно ядовитых лекарств и хирургии. Доктор Тревис, личный врач покойного короля Англии Эдуарда, не менее откровенен в своем осуждении употребления наркотиков, чем доктора Ослер и Швеннингер.

Лишь немногие люди, подобные этим, выдающиеся представители медицинской профессии, достигшие финансовой и научной независимости, могут позволить себе говорить так откровенно. Подавляющее большинство врачей, даже несмотря на то, что они знают лучше, продолжают следовать старой колее, чтобы считаться этичными и ортодоксальными, а также для того, чтобы продолжать свою практику. Не медицинская профессия привела к этой реформе в лечении брюшного тифа и других заболеваний. Они были вынуждены перейти на более продвинутые природные методы под давлением движения за природолечение в Германии и других странах.

Заявления доктора Ослера, сделанные с должным обдумыванием во вкладе в "Американскую энциклопедию", безусловно, являются откровенным заявлением о бесполезности медикаментозного лечения, а с другой стороны, безоговорочным одобрением естественных методов лечения.

Но мне кажется, что доктор Ослер поливает ребенка водой из ванны, как мы говорим по-немецки. То есть я склонен думать, что его мнение относительно неэффективности лекарств слишком радикально. Существуют законные возможности для применения лекарственных средств, поскольку они естественным образом накапливают кровь и служат пищей для тканей.

Многие люди, утратившие веру в методы лечения "Старой школы", впали в другую крайность - медицинский нигилизм. Фактически, самого доктора Ослера обвиняют в том, что он медицинский нигилист.

Многие из тех, кто принял естественные методы жизни и лечения болезней, прониклись настоящим ужасом перед словом "медицина". Однако такая крайняя позиция неоправдана.

Похоже также, что у некоторых читателей моих работ сложилось впечатление, что мы, приверженцы школы естественного лечения, категорически осуждаем использование любых лекарств. Это, однако, не так.

Позиция "Nature Cure" В отношении лекарственных средств

Мы осуждаем использование лекарств, поскольку они ядовиты и разрушительны, и поскольку они подавляют острые заболевания или кризисы выздоровления, которые являются усилиями Природы по очищению и заживлению; но, с другой стороны, мы понимаем, что существует

широкое поле для полезного применения лекарственных средств, поскольку они действуют как пища для тканей организма, а также как нейтрализаторы и элиминаторы отходов и болезнетворных веществ.

При каждой форме хронического заболевания в организме, с одной стороны, присутствует избыток определенных болезнетворных веществ, а с другой стороны, дефицит определенных минеральных компонентов, органических солей, которые необходимы для нормального функционирования организма.

Таким образом, при всех анемических заболеваниях в крови не хватает железа, которое улавливает кислород в воздушных клетках легких и переносит его в ткани, и натрия, который соединяется с углекислотой (каменноугольным газом), которая постоянно высвобождается в системе и доставляет ее к органам очищения, особенно к легким и коже. Фактически, кислородное голодание в гораздо большей степени обусловлено дефицитом натрия и последующим накоплением углекислоты в организме (удушие углекислотой), чем недостатком железа в крови, как предполагается обычной медицинской школой.

Продукты питания или лекарственные средства, которые восполнят этот дефицит железа и натрия в организме, будут способствовать преодолению анемии.

Широкий спектр заболеваний, связанных с повышением содержания мочевой кислоты, таких как ревматизм, конкременты, атеросклероз, определенные формы диабета и альбуминурия, обусловлены, с одной стороны, чрезмерным употреблением кислотообразующих продуктов, а с другой стороны, дефицитом в крови определенных щелочных минеральных элементов, особенно натрия, магния и калия, функция которых заключается в нейтрализации и выведении кислот, которые образуются и высвобождаются в процессах переваривания крахмала и белков.

В другой главе я объяснил происхождение и прогрессирующее развитие мочекислых заболеваний. Наша книга по естественной диетологии будет содержать дополнительные доказательства того, что практически все заболевания вызваны кислотными состояниями в организме или осложнены ими.

Любые продукты питания или лекарства, которые обеспечат организм достаточным количеством кислотсвязывающих щелочных минеральных солей, окажутся хорошим лекарством от всех форм кислотных заболеваний.

Минеральные компоненты, необходимые для жизнедеятельности организма, должны, однако, поступать в органической форме. Это будет объяснено более подробно на последующих страницах.

Из того, что я сказал, становится очевидным, что невозможно провести четкую грань между продуктами питания и лекарствами. Все продукты, которые служат вышеуказанным целям, являются хорошими лекарствами, и все неядовитые экстракты трав, гомеопатические и витохимические средства, которые оказывают такое же воздействие на организм, по той же причине являются хорошими продуктами.

Лечение в школе Nature Cure School заключается в основном в правильном выборе и сочетании пищевых материалов. Так и должно быть. Само собой разумеется, что природа предусмотрела в

ассортименте натуральных продуктов все элементы, необходимые человеку для получения пищи и лекарств.

Но вполне возможно, что из-за продолжающегося злоупотребления пищеварительный аппарат стал настолько слабым и настолько ненормальным, что не может функционировать должным образом, что он не может поглощать и ассимилировать из натуральных продуктов достаточное количество элементов, необходимых организму. В таких случаях может быть очень полезно и даже необходимо принимать органические минеральные соли в виде фруктовых, травяных и овощных соков, экстрактов или отваров. Одними из лучших из этих пищевых средств являются экстракты листовых овощей, таких как салат-латук, шпинат, шотландская капуста, белокочанная капуста, швейцарский мангольд и др. Эти овощи богаче любых других продуктов полезными минеральными солями. Экстракт может быть приготовлен из одного или нескольких из этих овощей, в зависимости от имеющихся запасов или переносимости органами пищеварения, а также вкуса и предпочтений пациента. Их следует измельчить до состояния кашицы в овощемолке, затем отжать в небольшом прессе для фруктов, который можно приобрести в любом универсаме. Одной или двух чайных чашек в день будет достаточно для удовлетворения потребностей организма в минеральных солях. Этот экстракт следует готовить свежим каждый день.

Затем есть средства на основе травы Кнайпа. Большинство из них - это домашние средства Hausmittel сельского населения Германии, которые доказали свою эффективность с незапамятных времен. Их лечебная ценность заключается в органических минеральных солях, которые они содержат в больших количествах и в полезных сочетаниях.

Гомеопатические препараты, как будет подробно объяснено в другой главе, дают хорошие результаты, потому что они действуют в гармонии с законами Природы.

Поэтому мы без колебаний назначаем нашим пациентам гомеопатические препараты, отвары и экстракты трав, а также витохимические средства, которые способствуют выведению болезнетворных веществ из организма и нормальному кровоснабжению лимфы, то есть средства, которые обеспечивают организм минеральными элементами, в которых ему не хватает, в органической, легко усваиваемой форме. В этом заключается законный объем лекарственных средств.

Все лекарственные средства, которые укрепляют организм на нормальной, естественной основе и повышают его боеспособность против болезней, никоим образом не нанося вреда организму, приветствуются приверженцами методов лечения Nature Cure.

С другой стороны, мы не используем никаких лекарств, которые имеют тенденцию препятствовать, сдерживать или подавлять природные процессы очищения и регенерации. Мы никогда не даем ничего, хотя бы в малейшей степени ядовитого. Мы избегаем всех обезболивающих, снотворных, седативных, жаропонижающих, слабительных, катарсических средств и т.д. Разумное голодание, обливания холодной водой и, при необходимости, инъекции теплой воды в случае запора сделают все, что требуется для ядовитых лекарств.

Неорганические минералы и минеральные яды

В течение многих лет врачи различных медицинских школ, специалисты по диетологии и специалисты по пищевой химии расходились во мнениях по вопросу о том, можно ли безопасно

использовать минеральные вещества, которые в органической форме входят в состав человеческого организма, в пищевых продуктах и лекарствах в неорганической форме.

Медики почти единодушно считают, что это допустимая и эффективная практика, так что почти каждый аллопатический медицинский рецепт содержит какое-либо такое неорганическое вещество или, что еще хуже, один или несколько опасных минеральных ядов, таких как ртуть, мышьяк, фосфор и т.д.

До сих пор дискуссия о полезности или вредности неорганических минералов в качестве пищевых продуктов и лекарств носила в основном теоретический и противоречивый характер. Ни у одной из сторон не было положительных доказательств своих утверждений.

Но записи природы в радужной оболочке глаза решают этот вопрос навсегда. Один из фундаментальных принципов науки диагностики по глазу заключается в том, что "ничто не проявляется в радужной оболочке ненормальными признаками или изменением цвета, за исключением того, что является ненормальным в организме или наносит ему вред". Когда вещества, которые не являются полезными или ядовитыми для организма, накапливаются в какой-либо части или органе тела в достаточных количествах, они будут указывать на свое присутствие определенными признаками и ненормальным цветом в соответствующих областях радужной оболочки.

Таким образом, природа дает знать по своим записям в глазу, какие вещества вредны для организма, а какие безвредны.

Определенные минеральные элементы, такие как железо, натрий, калий, кальций, магний, фосфор, сера и т.д., которые являются одними из важных составляющих человеческого организма, могут содержаться в органической форме во фруктах и овощах или в экстрактах трав и витохимических средствах в больших количествах, фактически намного превышающих фактические потребности организма, но они не будут проявляться в радужной оболочке глаза, потому что они легко выводятся из организма.

Если, однако, принимать те же минералы в неорганической форме в значительных количествах, на радужной оболочке появятся определенные четко выраженные признаки и изменение цвета в областях, соответствующих тем частям тела, в которых скопились минеральные вещества.

Очевидно, природа не предусмотрела, чтобы эти минеральные элементы поступали в организм в неорганической форме, и поэтому органы очистки не способны их нейтрализовать и устранить.

Так, например, любое количество железа может содержаться в растительных или травяных экстрактах или в витохимических препаратах, но это не будет заметно на глаз. Все, что принимается сверх потребностей организма, будет быстро выведено из организма.

Если, однако, принимать аналогичные количества железа в течение того же периода времени в неорганической, минеральной форме, железо будет накапливаться в тканях желудка и кишечника и начнет проявляться на радужке в виде ржаво-коричневого пятна в соответствующих областях органов пищеварения, непосредственно вокруг зрачка.

Аналогичным образом натрий, который является одним из важнейших минеральных элементов в организме человека, если принимать его в неорганической форме, будет проявляться густым

белым ободком вдоль внешнего края радужной оболочки. Сера проявляется в виде желтоватых пятен в области желудка и кишечника. Йод в лекарственной неорганической форме, получаемый из золы морских водорослей, проявляется на радужке четко очерченными ярко-красными пятнами. Фосфор появляется в виде беловатых полос и облаков в областях, соответствующих органам, в которых он накопился.

Интересным исключением из этого правила является наша обычная поваренная соль (хлорид натрия), представляющая собой комбинацию неорганических минералов. До сих пор глазные диагносты не обнаружили в радужной оболочке никаких признаков этого заболевания. По-видимому, в его природе есть что-то, что роднит его с органическими веществами или, подобно другим неорганическим минералам и их сочетаниям, оно проявляется в радужной оболочке.

Это могло бы объяснить, почему соль является единственным неорганическим минеральным веществом, которое широко используется в пищу человечеством в целом. Кроме того, животные, которые, руководствуясь своими природными инстинктами, лучше всех разбираются в выборе продуктов питания и лекарств, без колебаний употребляют соль (облизывают соль), когда они не прикасаются ни к какому другому неорганическому минералу.

Тем не менее, мы не хотим поощрять чрезмерное использование соли ни при приготовлении пищи, ни за столом. Принимаемый в значительных количествах, он, несомненно, вреден для тканей организма.

До появления консервов цинга была распространенным заболеванием среди моряков и других людей, которым долгое время приходилось питаться соленым мясом и не было свежих овощей. Заболевание проявляется разрушением десен и других тканей организма, сопровождающимся кровотечением и сильной болезненностью. Как только эти люди ели свежие фрукты и овощи, цинга исчезала.

Минералы, содержащиеся в этих продуктах с органическими солями, послужили строительными камнями, которые придали тканям прочность на растяжение и остановили распад мясистых структур.

Программа Nature Cure направлена на обеспечение организма хлоридом натрия, а также другими минеральными элементами и солями, необходимыми организму, в органической форме в пищевых продуктах и лекарствах.

Когда использование неорганических минералов прекращается и применяются надлежащие методы элиминационного лечения, диетические и другие, эти минеральные вещества постепенно выводятся из организма. Одновременно с их устранением исчезают их следы на радужной оболочке и симптомы заболевания, которые их присутствие вызвало в организме.

В этой связи важным фактом является то, что те минералы, которые благоприятны для организма, то есть те, которые в своей органической форме входят в состав организма, гораздо легче выводятся из организма, если они были приняты в неорганической форме, чем те вещества, которые естественно чужды и ядовиты для человеческого организма, такие как ртуть, мышьяк, йод, бромиды, различные препараты каменноугольной смолы и т.д.

Это подтверждается тем фактом, что признаки минералов, которые являются нормальными составляющими человеческого организма, исчезают с радужной оболочки глаза гораздо

быстрее, чем признаки тех минералов, которые являются чужеродными и естественно ядовитыми для организма.

Трудности, с которыми мы сталкиваемся при выведении минеральных ядов из организма, по-видимому, указывают на то, что природа никогда не предназначала их для использования в качестве пищевых продуктов или лекарств. Кишечник, почки, кожа, слизистые оболочки и другие органы очищения, очевидно, не сконструированы и не подготовлены для того, чтобы справляться с неорганическими ядовитыми веществами и полностью выводить их из организма. Соответственно, эти яды проявляют тенденцию накапливаться в определенных частях или органах тела, к которым они имеют особое сродство, и затем действовать как раздражители и разрушительные разъедающие вещества.

Болезни, которые нам труднее всего вылечить даже самыми радикальными естественными методами, - это случаи отравления лекарствами. Вещества, которые являются чужеродными для человеческого организма, и особенно неорганические, минеральные яды, положительно разрушают ткани и органы, и их гораздо труднее вывести из организма, чем скопления болезнетворных веществ и отходов жизнедеятельности, образующихся в организме только из-за неправильного образа жизни. Очевидная причина этого заключается в том, что наши органы выделения предназначены и сконструированы для выведения из организма только тех продуктов жизнедеятельности, которые образуются в организме в процессах обмена веществ.

Туберкулез или рак могут быть вызваны у золотушного или псориатического телосложения перегрузкой организма мясом, кофе, алкоголем или табаком; но как только эти вредные привычки будут прекращены, а органы выделения стимулированы естественными методами, препятствия будут устранены, и столь страшные симптомы ослабнут и исчезнут, часто с удивительной быстротой.

С другой стороны, ртуть, мышьяк, хинин, стрихнин, йод и т.д. Накапливаются в головном и спинном мозге, а также в клетках и тканях жизненно важных органов, вызывая фактическое разрушение и дезинтеграцию. Ткани, пораженные таким образом, нелегко восстанавливаются, и чрезвычайно трудно расшевелить разрушительные минеральные яды и вывести их из организма.

Следовательно, неоспоримым фактом является то, что многие из наиболее упорных, так называемых неизлечимых заболеваний являются лекарственными

Важность натурального питания

Хотя некоторые лекарственные средства в органической форме могут быть очень полезны для быстрого восполнения дефицита минеральных элементов в организме, мы должны стремиться поддерживать свой организм в нормальном, здоровом состоянии путем правильного выбора и сочетания продуктов питания. Краткое описание научных основ "Естественной диетологии" будет найдено в главе, посвященной питанию.

Несомненно, Природа обеспечила все элементы, в которых нуждается человеческий организм, в изобилии и в правильных пропорциях в натуральных продуктах питания, иначе она была бы очень невежественным организатором и добытчиком.

Мы должны научиться выбирать и комбинировать пищевые материалы таким образом, чтобы они наилучшим образом удовлетворяли все потребности организма и, таким образом, обеспечивали идеальное здоровье и силу без использования лекарств.

Зачем нам пытаться лечить анемию неорганическим железом, повышенную кислотность желудка пищевой содой, увеличение желез йодом, зуд серой, рахит у младенцев известковой водой и т.д., когда эти минеральные элементы содержатся в изобилии и в живой, органической форме во фруктах и овощах, травах и в витохимических средствах?

К сожалению, однако, очень многие люди из-за неправильного образа жизни и лечения своих заболеваний разрушили свои органы пищеварения до такой степени, что они неспособны должным образом усваивать пищу и нуждаются, по крайней мере временно, в стимулирующем лечении естественными методами и обеспечении необходимыми органическими минеральными солями с помощью лекарственных препаратов для приготовления пищи.

В таких случаях минеральные элементы должны содержаться в наиболее легко усваиваемой форме в растительных экстрактах (которые следует готовить свежими каждый день) и в витохимических средствах.

Я полагаю, сказанного достаточно, чтобы оправдать отношение школы Естественного лечения к лекарствам в целом. Это объясняет, почему мы избегаем употребления неорганических минералов и ядовитых веществ, в то время как, с другой стороны, мы находим широкое и полезное поле для лекарственных средств в виде пищевых продуктов из крови и тканей.

Глава XV

Гомеопатия

Когда мы рекомендуем использовать гомеопатические средства, медицинский нигилист говорит: "Не говорите мне о гомеопатии! Я пришел к вам не за наркотиками; с меня их было достаточно".

Когда мы объясняем, что эти средства настолько совершенны, что они никак не могут причинить вреда, он приходит в еще большее негодование. "Мне не нужна никакая из ваших психотерапевтических средств в гомеопатической форме", - восклицает он. "Я тоже верю в власть разума над материей, но я не верю в ваши сахарно-молочные гранулы; они являются плохой заменой настоящего продукта. Такое подслащенное внушение может подействовать на некоторых людей, но не на меня".

Когда я впервые приступил к изучению медицины, я тоже не верил в целебную силу гомеопатических доз; но опыт заставил меня изменить свое мнение. Правильно подобранное средство, введенное в нужное время, часто творит чудеса.

Настоящие гомеопатические лекарства в высокоэффективных дозах настолько очищены и разрежены, что они никак не могут вызвать вредных результатов или подавить усилия Природы по очищению и заживлению; напротив, если их применять в соответствии с Законом гомеопатии: "подобное лечит подобным", они способствуют возникновению острых реакций или кризисных состояний заживления, помогая Природе в работе по очищению и восстановлению.

Гомеопатия работает в соответствии с Законами лечения, а не против них. ~*Similia similibus curantur* ~ (подобное лечит подобным) в переводе на практику означает, что лекарственное средство, способное вызывать определенный набор симптомов заболевания в здоровом организме при приеме в больших физиологических дозах, облегчит или излечит аналогичный набор симптомов в больном организме, если лекарство давать в малых гомеопатических дозах.

Например, белладонна, введенная здоровому человеку в больших, ядовитых дозах, вызывает специфическую головную боль с острой, колющей болью во лбу и висках, высокую температуру, буйный бред, расширение зрачков, сухость и першение в горле, багровое покраснение кожи и крайнюю чувствительность к свету, сотрясениям и шумам.

Следует отметить, что это точная картина типичного случая скарлатины. Врач-гомеопат, назначающий лечение пациенту со скарлатиной, у которого в выраженной степени проявляются три или более из вышеописанных симптомов, назначит растирание белладонны, скажем, в 6 раз. В бесчисленных случаях лихорадка спадала, и ее симптомы быстро исчезали при таком лечении.

Читатель может сказать: "Я не вижу никакой разницы между этим и аллопатическим подавлением болезни лекарствами".

Есть большая разница. Врач-аллопат может использовать то же самое средство, белладонну, в том же случае, но он даст от десяти до двадцати капель настойки белладонны, повторяя процедуру каждые три-четыре часа. Эти дозы в двадцать-сорок тысяч раз сильнее гомеопатических в 3 или 6 раз.

В этом и заключается разница. Аллопатическая доза ослабляет симптомы лихорадки, парализуя организм в целом и различные жизненно важные органы и их функции в частности. Это откровенно признается в каждой аллопатической *materia medica*. Но при таком дозировании Природа насильственно прерывает свои усилия по очищению и исцелению; острая реакция подавляется, но не излечивается.

Если лихорадка является естественным процессом исцеления, ее можно контролировать и изменять, но подавлять нельзя. Небольшая доза гомеопатической белладонны, воздействуя на самые внутренние клетки организма, которые более грубые аллопатические дозы парализовали бы, стимулирует эти клетки прилагать усилия в правильном направлении. Это создает условия, аналогичные тем, которые созданы Природой, и таким образом помогает ей; это сотрудничество, а не противодействие.

После этого краткого обсуждения практического применения гомеопатии давайте теперь выясним, насколько ее законы и теории согласуются с законами и принципами школы естественного лечения и подтверждают их.

Ганеман случайно открыл Закон "сходства с природой", исследуя воздействие хинина на организм человека. С тех пор он и его последователи успешно применяют его для лечения человеческих недугов.

Однако этот закон был использован эмпирически. Ни в "Органоне", ни в каких-либо других трудах или учениях Ганемана и гомеопатической школы нельзя найти ясного и краткого

объяснения того, почему подобное лечит подобное. Предложенное доказательство было скорее отрицательным, чем положительным.

Поэтому аллопат говорит: "Вы говорите мне, что ~"подобное лечит подобное" ~ и что вы можете доказать это у постели больного; но пока вы не приведете мне веских причин, почему это должно быть так, я не могу и не буду верить, что именно ваше "подобное" излечивает пациента. Откуда мне знать, что это ваша "потенция"? Пациент мог бы выздороветь и без нее".

С помощью трех законов лечения я попытаюсь изложить причины и представить доказательства наших утверждений. Речь идет о законах: Законе излечения, Законе двойного действия и Законе кризисов.

~ Similia similibus curantur ~ - это всего лишь другой способ изложения фундаментального закона естественного лечения: "Каждое острое заболевание является результатом очищающих и целебных усилий Природы".

Если определенный набор симптомов болезни является результатом усилий Природы по исцелению, и если я даю лекарство, которое вызывает те же или схожие симптомы в организме, разве я не помогаю Природе в ее попытке преодолеть ненормальные условия?

В таком случае указанное гомеопатическое средство не подавит острую реакцию, но поможет ей протекать, тем самым ускоряя процесс лечения.

В конечном счете, болезнь находится в клетке. Благополучие организма в целом зависит от здоровья отдельных клеток, из которых он состоит. Это было объяснено более полно в связи с действием стимуляторов.

Чтобы вылечить человека, мы должны освободить клетку от ее отягощений. Устранение должно начинаться в клетке, а не в органах очищения. Слабительные и катарсические средства, раздражая пищеварительный тракт, могут вызвать принудительную эвакуацию содержимого кишечного канала, но они не устраняют яды, которые закупоривают клетки и ткани.

При упорных хронических заболеваниях, когда клетки слишком слабы, чтобы самостоятельно избавиться от скрытых помех, хорошо подобранное гомеопатическое средство часто оказывает большую услугу, вызывая в них острую реакцию.

Например, если система сильно обременена золотушными инфекциями и если ее жизнеспособность снижена до такой степени, что отдельная клетка не может сама по себе избавиться от болезненного бремени посредством энергичного, острого усилия, сера, если ее вводить в дозах, достаточно растертых и очищенных, чтобы воздействовать на мельчайшие клетки, составляющие организм, вызовет болезненные вибрации, подобные вибрациям при остром золотушии, и, таким образом, даст необходимый импульс острой элиминационной активности со стороны отдельной клетки.

Однажды начавшаяся острая реакция может перерасти в интенсивные формы золотушного выделения, такие как кожные высыпания, отеки желез, абсцессы, катаральные выделения и т.д.

Эффективны ли высокоэффективные дозы?

Теперь возникает вопрос: насколько большой или насколько малой должна быть доза, чтобы воздействовать на мельчайшие клетки?

При приеме лекарственных препаратов размер дозы подбирается с учетом габаритов пациента. Если половина гранулы определенного препарата является нормальной дозой для взрослого, то надлежащая доза того же препарата для маленького ребенка, скажем, младше года, может составлять примерно одну двадцать пятую взрослой дозы. Насколько малой в таком случае должна быть доза, введенная клетке, в миллиард раз меньшей, чем у младенца?

Доза, введенная взрослому, парализовала бы или, возможно, убила бы младенца. Аналогичным образом крошечная клетка была бы ошеломлена и парализована лекарством, подходящим для организма младенца.

Но именно так аллопатия осуществляет свои фиктивные методы лечения. Она подавляет воспалительные процессы, парализует клетки и органы и их жизнедеятельность.

Гомеопатия приспособливает малую дозу к малости клетки, подлежащей лечению. В этом заключается разумность высокоэффективной дозы.

Личная ответственность Ячейки

Клетка напоминает Человека не только в физическом и физиологическом аспектах, но и в том, что касается морального закона.

Элиминация должна начинаться в клетке и благодаря личным усилиям клетки. Ее работа не может быть выполнена опосредованно наркотиками или ножом. Большие аллопатические дозы лекарств могут вводиться с целью выполнения работы за клетку путем насильственной стимуляции или же парализации организма в целом или определенных жизненно важных органов; но это деморализует и разрушает клетку. Мощные дозы, рассчитанные на воздействие на организм и его органы в целом, делают излишними или парализуют индивидуальные усилия клеток и, таким образом, усиливают хронические заболевания в клетках и тканях.

Раздача милостыни, тюремное заключение и смертная казнь оказывают аналогичное аллопатическое воздействие на Человека, индивидуальную клетку общественного организма. Вместо того чтобы обеспечить ему надлежащее окружение и возможность для естественного развития и осуществления его собственного спасения, они отнимают у него эту возможность и ослабляют его личные усилия или делают их невозможными.

Эффективность малых доз

Последние открытия химии, рентгеновские лучи, радиоактивность металлов и т.д., проливают интересный свет на кажущуюся бесконечной делимость материи. Маленькая частица данного вещества может в течение многих лет выделять непрерывный поток частиц без заметного уменьшения своего объема.

Для иллюстрации мы можем взять душистый мускус. Несколько крупинок этого вещества будут долгие годы наполнять комнату своим проникающим ароматом. Когда мы вдыхаем запах мускуса или любых других духов, мельчайшие его частицы бомбардируют концевые волокна обонятельных нервов в носу. Следовательно, мускус должен постоянно выделять такие мельчайшие частицы без видимой потери вещества.

С помощью этого недавнего знания об истинной природе материи, о мельчайших деталях и сложности атома, мы можем теперь понять, как сильно растертое и очищенное (ослабленное) гомеопатическое средство все еще может сохранять динамическую силу элемента, как выразился Ганеман, и как столь ослабленное лекарство все еще может оказывать влияние на мельчайшую клетку. Поскольку химия и физиология познакомили нас с более тонкими силами Природы, продемонстрировав, что они могущественнее того, что мы можем воспринять на вес и меру, заявления гомеопатии уже не кажутся такими абсурдными, как поколение назад.

Несомненно, хороший эффект, производимый хорошо подобранным лекарством, усиливается ментальным и магнетическим влиянием врача, назначающего лекарство. Твердая вера врача в эффективность лекарства, его сочувствие и неукротимое желание помочь страдальцу влияют как на физическую сущность лекарства, так и на разум пациента.

Различные ментальные и магнетические качества тех, кто назначает лекарства, несомненно, имеют много общего с разной степенью эффективности одного и того же лекарства при назначении разными врачами.

Истинный гомеопат Ганемана, который верит в свои лекарства как в своего Бога, сконцентрирует свои интеллектуальные и духовные силы на определенном лекарстве, чтобы достичь определенных результатов. Нельзя допускать, чтобы бутылка опустела. Всякий раз, когда прививка заканчивается, ее доливают дистиллированной водой, спиртом, молочным сахаром или другим "средством". Каждый раз, когда он берет в руки пузырек с лекарством, в нем проецируются эти мощные мыслеформы: "Ты - элемент сера. Ты вызываешь в человеческом теле определенный набор симптомов. Вы вызовете эти симптомы в организме этого пациента".

Если в магнетическом, ментальном и духовном исцелении вообще есть какая-либо польза, гомеопатическое средство должно быть эффективным средством передачи магнетических, ментальных и экстрасенсорных целительных сил от врача к пациенту.

Передача этих высших и тончайших сил, будь то напрямую, телепатически или посредством какого-либо физического агента, такого как намагниченная вода, заклинание или сравнение и т.д., является *modus operandi* во всех различных формах древней и современной магии, белой или черной. Это активный принцип в ментальном целительстве, христианской науке, лечении симпатией, вудуизме, колдовстве и т.д.

Гомеопатия и закон двойного действия

Я сформулировал Закон действия и противодействия в его применении к лечению заболеваний следующим образом:

"Каждый агент, воздействующий на человеческий организм, имеет два эффекта: первый, очевидный, временный и второй, длительный. Второй эффект прямо противоположен первому".

Аллопатия, назначая большие физиологические дозы, учитывает только первый, очевидный эффект препарата и, таким образом, достигает в долгосрочной перспективе результатов, прямо противоположных тем, которых она желает добиться. Оно вызывает те самые состояния, которые пытается вылечить. В качестве примера обратите внимание на постоянное воздействие

слабительных, стимуляторов и седативных средств на организм. Более подробно это было объяснено в Шестой главе.

С другой стороны, врач-гомеопат может использовать те же средства, что и аллопат, при условии, что они вызывают симптомы, сходные с симптомами болезни, но он вводит разные лекарства в таких малых дозах, что их первый эффект проявляется только как небольшое "гомеопатическое обострение", в то время как полагаются на их второй и длительный эффект для облегчения и излечения болезни.

Другими словами, гомеопатия производит в качестве первого эффекта состояние, подобное болезни, и рассчитывает на второй и длительный эффект лекарства, который приведет к необратимым изменениям.

Если, в соответствии с Законом двойного действия применительно к лекарствам, первичный, временный эффект гомеопатического средства равен болезни, самоочевидно, что вторичный, длительный эффект средства должен быть равен излечению.

Этот закон был доказан гомеопатией более ста лет назад. Опытный врач-гомеопат сомневался бы в этом не больше, чем в Законе всемирного тяготения.

Гомеопатия и закон кризисов

Следовательно, если лекарство будет правильно подобрано в соответствии с Законом "сходства с лечебным средством", за первым гомеопатическим обострением, которое соответствует кризису естественного лечения, последует быстрая и совершенная адаптация. Природа делает свое дело, расстройство проходит своим чередом, и возвращение к нормальным условиям будет более быстрым и совершенным, чем если бы гомеопатическое средство не применялось или если бы Природные процессы заживления были насильственно прерваны и подавлены большими ядовитыми аллопатическими дозами. Гомеопатия помогает Природе устранить старые препятствия, в то время как аллопатия превращает острую воспалительную реакцию в хроническую деструктивную болезнь.

Экономика гомеопатии

Закон "подобное лечит подобное" имеет большое практическое значение с другой точки зрения, а именно с экономической.

Лучший инженер - это тот, кто достигает максимальных результатов при минимальных затратах сил и с наименьшим трением. То же самое верно и в отношении врача и его лекарств.

Мы узнали, что лекарства, вводимые в грубых аллопатических дозах, поражают организм в целом. Если, например, наблюдается катаральное поражение серозных и слизистых оболочек дыхательных путей, сопровождающееся лихорадкой, аллопат назначит хинин в больших дозах, чтобы изменить это состояние. Он может достичь своей цели; но если это так, то он делает это, парализуя сердце, дыхательные центры, красные и белые кровяные тельца и выделяющие клетки слизистых оболочек. Организм в целом и определенные части в частности насыщены лекарственным ядом и соответственно ослаблены. Как утверждает сама аллопатия: "Хинин снижает лихорадку, угнетая обмен веществ" (жизненно важные функции).

Гомеопатическая *materia medica* учит, что ~ *Bryonia*~ обладает особым сродством к слизистым и серозным оболочкам дыхательных путей и что ее симптоматические эффекты близко соответствуют тем, которые описаны в предыдущем параграфе.

Если, в соответствии с Законом "*similia similibus curantur*", гомеопатическая доза брионии будет дана пациенту, проявляющему эти симптомы, лекарство, как было продемонстрировано, поможет Природе в ее работе по излечению; и при этом оно не будет атаковать и воздействовать на весь организм, а только на те серозные и слизистые ткани, к которым оно имеет особое сродство и которые, как в случае с этим пациентом, поражены наиболее серьезно.

Выражаясь по-другому: большая аллопатическая доза парализует весь организм, чтобы произвести фиктивное излечение. С другой стороны, небольшая гомеопатическая доза поступает прямо в то место, где она необходима, и за счет мягкой и безвредной стимуляции пораженных частей помогает и поддерживает клетки в их острых усилиях по выведению.

Таким образом, гомеопатические препараты обладают не только лечебным действием, но и консервативны и в высшей степени экономичны.

Гомеопатия, дополнение к естественному лечению

После того, как мы доказали точность Закона Ганемана "сходства при лечении" и имели возможность ежедневно наблюдать его практические результаты при лечении острых и хронических заболеваний, у нас не должно быть оснований исключать гомеопатию из нашей системы лечения. Уменьшенные гомеопатические дозы некоторых лекарств могут оказать большую услугу в возникновении острых реакций, которых мы так искренне желаем, особенно при лечении хронических заболеваний с длительной историей.

Я отдаю себе отчет в том факте, что при тяжелых и упорных состояниях гомеопатия часто оказывается бессильной. Но когда система очищена и укреплена нашими естественными методами, рациональной вегетарианской диетой, гидротерапией, хиропрактикой или остеопатией, массажем, корректирующими упражнениями, воздушными и солнечными ваннами, обычным внушением и т.д., гомеопатические средства будут действовать с гораздо большей быстротой и эффективностью.

Именно сочетание всех различных лечебных факторов составляет идеальную систему лечения.

Ни одно заболевание, независимо от того, является ли оно явно безнадежным или нет, нельзя назвать неизлечимым, если все эти различные лечебные факторы, должным образом скомбинированные и примененные, не прошли тщательного испытания. Это не шарлатанское хвастовство, а простая истина, когда мы утверждаем, что различные естественные методы лечения, как мы, представители школы *Nature Cure*, их применяем, могут излечивать так называемые неизлечимые заболевания, такие как туберкулез, рак, локомоторная атаксия, эпилепсия, экзема, неврастения, безумие и наихудшие формы хронической диспепсии и запоров, при условии, что пациент обладает достаточной жизнестойкостью, чтобы реагировать на лечение, и что разрушение жизненно важных частей и органов не зашло слишком далеко.

Глава XVI

Антитоксин от дифтерии

В этой стране антитоксическое лечение дифтерии по-прежнему пользуется большой популярностью, в то время как в Германии, где оно появилось, многие из лучших медицинских специалистов отказываются от его применения из-за сомнительных лечебных результатов и определенных разрушительных последствий.

Согласно восторженным сторонникам этого метода лечения среди "обычных" врачей в этой стране, антитоксин является "определенным лекарством" от дифтерии; но как это утверждение подтверждается реальными фактами?

Бюллетени о состоянии здоровья, регулярно рассылаемые городским департаментом здравоохранения каждому врачу в городе Чикаго, показывают, что в среднем от пятнадцати до двадцати смертей каждую неделю от дифтерии, вызванной антитоксинами.

Я не отрицаю, что лечение антитоксинами, возможно, несколько снизило процент смертности от этого заболевания, даже учитывая большую неопределенность медицинской статистики. Но мы, представители школы естественного лечения, утверждаем и можем доказать, что водолечение при дифтерии приводит к гораздо более низкому проценту смертности, чем лечение антитоксинами.

Ключевой момент, который следует учитывать в этой связи, заключается в следующем: каковы последствия различных методов лечения?

Это очень важный вопрос. Я утверждаю следующее: антитоксин, будучи сам по себе сильнейшим ядом, может быть и часто является прямой причиной паралича или смерти из-за сердечной недостаточности. Что дифтерия, леченная антитоксином, может сопровождаться и часто сопровождается параличом, сердечной недостаточностью или какой-либо пожизненной инвалидизацией после того, как пациент, по-видимому, выздоровел от болезни. Что эти нежелательные последствия дифтерии не возникают, когда болезнь лечат естественными методами, но что они являются результатом лечения антитоксинами и их подавляющего действия на организм. болезнь.

В доказательство своих утверждений я представляю следующие факты: В моем распоряжении имеются вырезки из газет из разных частей страны, в которых утверждается, что смерть наступила после введения антитоксина от дифтерии в целях профилактики или "иммунизации", то есть когда человек был здоров на момент введения антитоксина.

Около пятнадцати лет назад несколько подобных случаев произвели настоящую сенсацию в Германии. Доктор Роберт Лангерганс, суперинтендант больницы Моабит в Берлине, ярый сторонник лечения антитоксинами, а также вакцинации, был одним из трех членов комитета, назначенного муниципальным правительством немецкой столицы для изучения эффективности дифтерийного антитоксина. В результате своих открытий он рекомендовал бесплатно раздавать его беднякам города Берлина.

Вскоре после этого повар доктора внезапно заболел сильными болями в горле и был отправлен в больницу. Считалось, что это случай дифтерии, и врач, чтобы защитить своего полуторагодовалого сына от возможной инфекции, сделал инъекцию антитоксина. Вскоре после этого у ребенка развились симптомы заражения крови, и он умер от сердечной недостаточности в течение двадцати четырех часов.

В Германии принято помещать сообщение о смерти в одну из местных газет и приглашать друзей семьи на похороны. В своем объявлении в колонках "Lokalanzeiger" доктор Лангерганс прямо заявил, что его маленький сын умер после инъекции дифтерийного антитоксина для иммунизации.

Другой подобный случай произошел с доктором Пистором, известным берлинским врачом, чья маленькая дочь заболела легким воспалением горла. Ребенку сделали инъекцию антитоксина, и за этим последовала тяжелая и затяжная болезнь.

Очень показательны в этой связи некоторые высказывания доктора Уильяма Ослера в его "Врачебной практике". На странице 150 он говорит:

"Из последствий дифтерии паралич, безусловно, является наиболее важным. Это может быть экспериментально произведено на животных путем инокуляции токсичного вещества, вырабатываемого бациллами. [Это активное начало антитоксина. Примечание автора] Паралич возникает в разной доле случаев, варьируясь от 10 до 15 и даже до 20 процентов. Это строго продолжение болезни [заболевания, которое лечат антитоксином? — прим. автора], возникающее обычно на второй или третьей неделе выздоровления Это может быть следствием очень легких случаев; действительно, локальное поражение может быть настолько незначительным, что само начало паралича привлекает внимание к истинной природе заболевания

"Заболевание представляет собой токсический неврит, вызванный всасыванием яда

"Из местных параличей наиболее распространенным является тот, который поражает небо Из других местных форм, возможно, наиболее распространенными являются паралич глазных мышц Сердечные симптомы нередки Сердечная недостаточность и фатальный обморок (смерть) могут возникнуть на пике заболевания или во время выздоровления, даже на шестой или седьмой неделе после очевидного выздоровления".

Мне кажется, что тайну этих "последствий" можно легко объяснить. Несомненно, что простая "ангина", недостаточно серьезная, чтобы быть диагностированной как дифтерия, не может вызвать паралич или сердечную недостаточность; но мы точно знаем, что антитоксин может вызвать это, и действительно вызывает. Пациенты, на которые ссылается доктор Ослер, несомненно, получали антитоксиновое лечение, потому что оно назначается при малейшем подозрении на дифтерию, более того, даже совершенно здоровым людям "с целью иммунизации".

Тогда не является ли наиболее вероятным, что эти "таинственные побочные эффекты" вызваны скорее высокотоксичным антитоксином, чем "болью в горле"?

В моей собственной практике ко мне часто обращаются за консультацией хронические пациенты, чьи проблемы восходят к дифтерии, "вылеченной" антитоксином. Среди них я встречался с несколькими случаями идиотизма и помешательства, со многими случаями частичного паралича, детского паралича и нервных расстройств самого серьезного характера, а также с различными другими формами хронических деструктивных заболеваний.

В радужной оболочке глаза действие антитоксина на систему проявляется в потемнении цвета. Во многих случаях ранее голубая или светло-коричневая радужка приобретает пепельно-серый или коричневатого-серый оттенок.

Моя секретарша, которая пишет эту диктовку и у которой карие глаза, говорит мне, что ее мать сообщила ей, что до десяти лет ее глаза были ярко-голубыми. Примерно в то же время у нее было несколько приступов дифтерии и тяжелый "второй" приступ скарлатины, которые были вылечены под присмотром врача-аллопата. Она не помнит, давали ли ей антитоксин, но вспоминает, что ее горло было раскрашено, а тело натерто маслом, и что ей пришлось принять большое количество лекарств. С тех пор ее глаза стали карими. На них отчетливо видны ржаво-коричневые пятна от йода в областях мозга, горла и других частях тела.

Воздействие на радужную оболочку глаза было бы практически одинаковым независимо от того, были ли приступы дифтерии подавлены антитоксином или старым медикаментозным лечением. Важным фактом в этой связи является то, что с тех пор, как миссис К. живет с нами, ведет естественный образ жизни и находится под воздействием процедур, которые она регулярно принимала в течение нескольких месяцев, ее глаза стали намного светлее, и местами под карими проступает первоначальная голубизна. Нервные кольца в области мозга, которые были очень заметны, когда она попала к нам, стали менее четкими. Наблюдается соответствующее улучшение ее общего состояния здоровья, и особенно состояния нервов.

В связи с моим утверждением о том, что нежелательные последствия не возникают при лечении естественными методами, я хочу еще раз привлечь внимание к тому факту, что в течение пятидесяти лет врачи-естественники в Германии доказывали, что водолечение при дифтерии не сопровождается параличом, сердечной недостаточностью или различными формами хронических деструктивных заболеваний.

Это было подтверждено моим собственным опытом лечения дифтерии и других серьезных острых заболеваний.

Ответ моим критикам

Мои обсуждения микробной теории болезней и вакцины, сыворотки и антитоксинового лечения в серии статей, озаглавленных "Гармонии физического" и опубликованных в журнале "Жизнь и действие", вызвали много негативной критики со стороны врачей обычной медицинской школы. Следующие абзацы представляют собой выдержки из письма, направленного одним из этих критиков редактору вышеупомянутого журнала:

"...Я убежден, что в этом конкретном номере [октябрь-декабрь 1912 г.] были опубликованы некоторые высказывания, которым нет места в этом журнале, искреннем поборнике Истины и официальном выразительном органе штаб-квартиры движения в США, которое вы, очевидно, принимаете близко к сердцу".

Затем доктор Э. ссылается на некоторые отрывки из моей статьи, опубликованной в октябрьско-декабрьском номере журнала "Жизнь и действие" за 1912 год, и комментирует их, цитируя доктора Дж. Ослер и Эндрюс в пользу антитоксинового лечения дифтерии и высказывая свое собственное мнение по этому вопросу. Он завершает свои аргументы следующим образом:

"Я подписчица этого журнала, и имя моей сестры также было внесено в список рассылки. У нее есть маленький мальчик примерно двух лет. Теперь предположим, что она прочитает статью доктора Линдлара и в результате откажется разрешить использование антитоксина, и если мальчик заболеет дифтерией со смертельным исходом, я вряд ли смогу испытывать удовлетворение от того факта, что предоставил в ее распоряжение это чтиво. Я полностью осознаю тот факт, что такой печальный результат может легко наступить в одной или нескольких семьях, которые читают "Жизнь и действие" и смотрят на ее колонки как на источник поистине высшего света".

Возможно, доктор Э. не читал одно из последних и самых сильных высказываний доктора Ослера, его безоговорочное одобрение естественных методов лечения в Американской энциклопедии, цитируемое на странице 154 этого тома.

Лечение на природе в Германии

То, что можно вылечить все виды серьезных острых заболеваний методами лечения без применения лекарств, было доказано практикующими натуральное лечение в Германии, почти все из которых были непрофессионалами, никогда не посещавшими медицинскую школу. Более полувека многие тысячи из них практиковали искусство врачевания во всех частях Германии. С помощью гидротерапии и других естественных методов они успешно лечили брюшной тиф, дифтерия, оспа, аппендицит, цереброспинальный менингит и все другие острые заболевания.

Важным фактом является то, что, несмотря на самое яростное противодействие и апелляции к законотворческим силам со стороны обычной медицинской школы, врачам-непрофессионалам не удалось помешать практиковать естественные методы лечения в Германии, управляемой законом и полицией.

Напротив, на протяжении последних нескольких поколений в Германии постоянно практиковало все большее число врачей-естественников, большинство из которых были непрофессионалами.

Такая свобода практики естественного лечения в Германии полностью обусловлена успехом ее методов.

И этот успех был продемонстрирован, несмотря на всевозможное противодействие и попытки ограничения. Хотя практикующему Природолечению разрешается лечить тех, кто приходит к нему за помощью, он не имеет права прикрывать свои ошибки шестью футами земли. Если один из его пациентов умирает, должен быть вызван врач обычной медицинской школы для подтверждения факта и выдачи свидетельства о смерти.

Таким образом, "врачи-непрофессионалы", "врачи естественного лечения", постоянно подвергались и в настоящее время подвергаются строжайшему критическому надзору со стороны "постоянных врачей", и если последние могут доказать, что пациент умер из-за неэффективности или вреда естественных методов, практикующий непрофессионал может быть привлечен к ответственности и осужден за халатность или убийство человека.

Но на самом деле, хотя ряд этих врачей-непрофессионалов предстали перед судами, ни в одном случае не могла быть доказана фактическая вредность используемых ими

методов. Естественные методы лечения стали настолько популярными, что в целях самосохранения молодому поколению врачей в Германии пришлось придерживаться идеи естественного лечения в своей практике.

Поскольку доктор Э. так сильно сомневается в эффективности наших методов, мне, возможно, будет позволено рассказать кое-что о моем собственном профессиональном опыте.

Природное лечение в Америке

В течение последних десяти лет я лечил все виды серьезных острых заболеваний, не прибегая к аллопатическим препаратам. Имея очень обширную практику, я за все эти годы не потерял ни одного случая аппендицита (и ни один из них не был прооперирован), брюшного тифа, дифтерии, оспы, скарлатины и т.д., и только по одному случаю цереброспинального менингита и долевой пневмонии. Эти факты могут быть проверены из записей Департамента здравоохранения города Чикаго.

После приведенных выше утверждений я оставляю за моими читателями право судить, вдохновлена ли философия естественного лечения слепым фанатизмом и основана на невежестве и неопытности, или же она оправдана в свете научных фактов, выдвинутых самой Обычной медицинской школой и продемонстрированных замечательным успехом движения за естественное лечение в Германии, которое в своих различных формах получило всемирное признание и принятие.

Есть популярная поговорка: "Доказательство вкуса пудинга - в употреблении в пищу". Следующее письмо пояснит само себя:

20 января 1913 года.

Дорогой доктор Линдлар!—

Возможно, вы помните, что прошлой зимой, миссис Мы с Уайт посещали ваши воскресные дневные лекции в Шиллер-Билдинг. Эти лекции были образованием — я бы лучше сказал откровением и вдохновением.

11 ноября прошлого года наш мальчик в возрасте тринадцати лет заболел дифтерией. Я позвонил в ваш офис и попросил вашего совета. Вы ответили: "Вы знаете, что делать — влажные компрессы, никакой еды, кроме фруктовых соков, остеопатическое лечение и никаких антитоксинов".

Мы вызвали врача-остеопата, который немедленно отправил образец из горла мальчика в городскую лабораторию, где был выявлен дифтерит. Приехал врач из Управления здравоохранения, поместил нас в карантин и поинтересовался, применяли ли мы антитоксиковую терапию. Когда миссис Уайт ответил: "Нет", - сказал он: "Я полагаю, вы знаете, что процент смертей тех, у кого его нет, очень высок". Она сказала: "Да, я знаю, но мы не намерены им пользоваться".

У мальчика были все острые симптомы, он был сонливым, с головной болью, а на второй день его температура поднялась до 105 градусов. Мы наложили влажный компресс для тела и к ночи снизили температуру до 100 градусов. С помощью остеопатического лечения, которое он проходил каждую ночь, мальчик хорошо спал на протяжении всей тяжелой болезни. На пятый

день слизистая оболочка распространилась от горла к носу, и температура снова поднялась; но влажные компрессы для тела снова снизили ее, так что она больше никогда не превышала 100 градусов.

Мальчик был сообразительным, его ум был ясным, он умел читать, а после первой недели смог играть в шахматы со своей матерью. Единственным неблагоприятным симптомом, который у него вообще был, был нерегулярный пульс. Он не принимал никаких лекарств и никакой пищи, кроме фруктовых соков. Время от времени мы ставили клизму с теплой водой. На десятый день он выпил немного бульона из баранины, но на следующий день отказался от него и снова попросил фруктовых соков. Только по прошествии двух недель к нему вернулся аппетит, и он начал есть. Он похудел, но не потерял силы в такой же степени — он мог ходить в туалет каждый день без посторонней помощи.

На 21-й день врач-остеопат отправил образец в городскую лабораторию, который они объявили "положительным", и городской врач счел необходимым взять еще четыре или пять образцов, прежде чем объявил, что пациент свободен от микроба дифтерии. Мальчика освободили из карантина только по прошествии пяти недель.

Все это время его единственными сопровождающими были мать и врач-остеопат, которые приходили ежедневно. Мальчик полностью выздоровел и не получил никаких серьезных последствий, которые часто следуют за подобными заболеваниями.

В противовес нашему опыту я хотел бы привести случай с нашей соседкой, чья маленькая девочка умерла от этой болезни в результате лечения антитоксинами. Она вылечилась от дифтерии, но у нее отказало сердце, и она внезапно умерла. У них был постоянный доктор медицины и квалифицированная медсестра. Ее мать заболела, но выздоровела. Отец сказал мне, что только их счет за лекарства составил 75 долларов.

Мы хотим выразить вам нашу благодарность за знания и доверие, которыми вы так щедро поделились с нами, и вы вольны использовать это письмо так, как пожелаете.

Искренне ваш,

ХИНТОН УАЙТ

1443 Cuyler Ave., Чикаго, Иллинойс

Это письмо доказывает, что мои заявления относительно излечимости дифтерии естественными методами не являются экстравагантными или не соответствуют действительности. В этом случае, как и во многих других, я дал указания по лечению устно и по телефону, не видя пациента лично.

Более того, я убежден, что этот пациент выздоровел бы так же успешно и без остеопатического лечения. Я порекомендовал обратиться к врачу-остеопату, чтобы облегчить бремя ответственности со стороны родителей. Если бы ребенок умер, друзья и родственники обвинили бы их в кажущемся безрассудстве.

Случай с соседом мистера Уайта - еще одно доказательство фатального эффекта антитоксинового лечения. Антитоксин "вылечил" дифтерию, но - ребенок умер!

Еще раз повторяю: водолечебница даст одинаково хорошие результаты при аппендиците, менингите, скарлатине и всех других формах острых заболеваний. Если это так, то почему бы моим коллегам из Обычной медицинской школы не подвергнуть водолечебный метод справедливому испытанию, тем более что в Германии, даже среди врачей Обычной школы, водолечение как лечебное средство быстро вытесняет антитоксин! Разве это не стоит того, чтобы таким образом избежать "таинственных последствий", на которые ссылается доктор Ослер, и многих случаев хронической инвалидности, которые он не связывает с болезнью или ее лечением?

Глава XVII

Вакцинация

Пагубные последствия вакцинации для организма аналогичны последствиям применения различных сывороток и антитоксинов.

Дженнеру, английскому парикмахеру и специалисту по педикюру, обычно приписывают открытие вакцинации. Сомнительная честь, однако, на самом деле принадлежит старой черкешенке, которая, согласно историку Ле Дюку, в 1672 году потрясла Константинополь объявлением о том, что Дева Мария открыла ей верное средство против оспы.

Ее особенностью была прививка настоящим вирусом натуральной оспы. Но даже в ее случае идея не была оригинальной, потому что принцип изопатии (излечения болезни ее собственными продуктами) был четко изложен за сто лет до этого Парацельсом, великим гением эпохи Возрождения и средневековой учености. Но даже он всего лишь озвучивал тайные учения древнего фольклора, целительство симпатией и магию, восходящую к друидам и провидцам древней Британии и Германии.

Черкесская провидица вырезала крест на теле людей и привила в эту рану вирус оспы. Вместе с этим она предписала молитву, воздержание от мяса и сорокадневный пост.

Поскольку в то время оспа была ужасным и широко распространенным бедствием, практика прививки распространилась по всей Европе. Сначала операцию проводили женщины и непрофессионалы; но когда вакцинация стала популярной и люди были готовы за нее платить, врачи начали включать ее в свою обычную практику.

Ход народных суеверий очень похож на ход эпидемий. У них есть период зарождения, вирулентности и ослабления. Как микробы и бактерии становятся неактивными и умирают естественной смертью в своих ядовитых выделениях, так и популярные суеверия умирают естественным образом в результате своей собственной лжи и преувеличений.

Вскоре стало очевидно, что прививка вирусом не предотвращала оспу, а, напротив, часто вызывала ее; и поэтому практика постепенно вышла из употребления только для того, чтобы быть возрожденной Дженнером примерно сто лет спустя в измененной форме. Он заменил вирус коровьей оспы вирусом натуральной оспы.

Современная аллопатия, применяя изопатический принцип, вводит большие и ядовитые дозы вирусов, лимфы, сывороток и антитоксинов, в то время как гомеопатия, как и древний мистицизм, применяет изопатические средства только в сильно разведенных и растертых дозах.

Из Англии вакцинация постепенно распространилась по цивилизованному миру, и в течение девятнадцатого века вирулентность и частота натуральной оспы постоянно снижались, пока сегодня она не стала сравнительно редким явлением.

"Следовательно, вакцинация уничтожила оспу", - говорят последователи Дженнера.

Это действительно так? Действительно ли вакцинация является профилактикой оспы? Это кажется очень сомнительным, когда сами сторонники вакцинации в это не верят. "Что, - слышу я, как они говорят, - мы не верим в нашу собственную теорию?" Очевидно, вы не верите, друзья мои. Если вы верите, что вакцинация защищает вас от оспы, почему вы боитесь подхватить ее от тех, кто не привит? Если вы полностью защищены, как вы утверждаете, как вы можете подхватить болезнь от тех, кто не защищен? Почему вы не позволяете другому парню досыта наболеть оспой, а потом хорошенько посмеяться над ним? Дело в том, что вы прекрасно знаете, что вы не в безопасности, что вы можете подхватить болезнь так же легко, как и незащищенные.

Немецкая статистика более надежна, чем статистика любой другой страны. В 1870-71 годах в Отечестве свирепствовала оспа. Более 1 000 000 человек заболели этим заболеванием, и 120 000 умерли. Девяносто шесть процентов из них были вакцинированы, и только четыре процента не были защищены. Большинство жертв были вакцинированы, по крайней мере, один раз, незадолго до того, как они заразились.

В 1888 году Бисмарк направил обращение правительствам всех немецких государств, в котором признавал, что многочисленные экзематозные заболевания, даже эпидемического характера, напрямую связаны с вакцинацией и что происхождение оспы и ее излечение все еще остаются нерешенными проблемами.

В этом послании различным законодательным органам великий государственный деятель сказал: "Надежды, возлагавшиеся на эффективность вируса коровьей оспы в качестве профилактики натуральной оспы, оказались совершенно обманчивыми".

Понимая, что это факт, правительства большинства стран Германии изменили или полностью отказались от своих законов об обязательной вакцинации.

"Но, - настаивают наши оппоненты, - вы не можете отрицать, что количество случаев натуральной оспы значительно уменьшилось с момента почти повсеместного внедрения вакцинации".

Конечно, болезнь пошла на убыль. Но таким образом уменьшились и фактически почти исчезли чума, Черная смерть, холера, бубонная чума, желтая лихорадка и множество других эпидемических заболеваний, которые совсем недавно уничтожали целые нации.

Ни одна из этих эпидемий не лечилась вакцинацией. Почему же тогда они ослабли и практически исчезли?

Не вакцинация, а более повсеместное использование мыла, ванн, всех видов санитарных мер, таких как водопровод, дренаж, вентиляция и более гигиеничный образ жизни в целом привели к подавлению оспы, а также всех других эпидемий.

Многие из нас помнят, как желтая лихорадка свирепствовала в Гаванне во время испанской оккупации. В течение двух месяцев после того, как энергичные янки вступили во владение и

хорошенько прочесали грязный город, желтая лихорадка полностью исчезла — без какой-либо вакцинации от желтой лихорадки.

Теперь по порядку задается вопрос, почему из всех страшных бедствий прошлого только оспа сохранилась до наших дней.

Ответ таков: из-за вакцинации. Если бы золотушные и сифилитические яды не поддерживались искусственно в крови человека путем вакцинации, оспа к этому времени была бы такой же редкостью, как холера и желтая лихорадка.

Благодаря часто проводимой обязательной вакцинации каждого гражданина, от мала до велика, мы как нация перенасытились вирусом оспы. Стоит ли удивляться, что время от времени это скрытое заболевание выливается в острые эпидемии?

Несомненно, почти повсеместное систематическое заражение и дегенерация жизненно важных жидкостей и тканей не только вакцинным вирусом, но и многими другими грязными сыворотками, антитоксинами и лекарственными ядами в значительной степени являются причиной неуклонного роста туберкулеза, рака, безумия и множества других хронических разрушительных заболеваний, неизвестных первобытным людям, которые не соприкасались с благословениями (?) вакцинации.

Ослабляя реактивные способности системы против одной болезни, ослабляются ее реакционные способности против всех болезней. Другими словами, создание в организме формы хронической оспы посредством вакцинации способствует развитию всех видов хронических заболеваний.

Прекратите сеять семена, джентльмены, и вы перестанете пожинать урожай. Беспощадным подавлением сифилиса и с помощью вакцинации вы увековечиваете оспу.

Какое отношение сифилис имеет к оспе? Они очень тесно связаны и схожи по внешнему виду, симптоматике и своему воздействию на организм.

Немецкий врач доктор Крувелл, тщательно изучивший этот вопрос, говорит: "Каждая вакцинация так называемым вирусом коровьей оспы означает сифилитическую инфекцию. Коровья оспа не является болезнью, свойственной крупному рогатому скоту; она всегда возникает из-за сифилитической или оспенной инфекции, полученной от больных рук людей. Пустулы коровьей оспы были обнаружены только на вымени дойных коров, которые соприкасались с руками человека. Коровьей оспой никогда не болел крупный рогатый скот, пасущийся на пастбищах и в прериях, равно как и домашние бычки. Если бы эта болезнь была свойственна крупному рогатому скоту, то в равной степени поражались бы представители обоих полов. Коровья оспа Дженнер была вызвана больными руками доярки-сифилитички Сары Нинес".

Вакцинация здоровых детей и взрослых часто сопровождается множеством симптомов, которые невозможно отличить от сифилиса, а именно: характерными язвами и экзематозными высыпаниями, опуханиями подмышечных и других лимфатических желез, атрофией молочных желез в грудях женщин и девочек старше половой зрелости и т.д.

Это объясняет постоянно растущий спрос на "bust foods" и "bust developers". Идеально развитый бюст стал такой редкостью, что многие сотни косметологов и бизнес-концернов,

специализирующихся на создании плоской груди, ежегодно зарабатывают тысячи долларов. Одна фирма в этом городе, к тому же небольшой концерн, зарабатывает от 2500 до 5000 долларов в год, и в ее постоянно растущем списке постоянных клиентов более десяти тысяч имен.

Разумно предположить, что почти все без исключения эти десять тысяч женщин были вакцинированы от одного до трех раз до наступления половой зрелости. Когда это будет осознано и будет принят во внимание тот факт, что вакцинация высушивает молочные железы, не пора ли сделать паузу и подумать?

Цифры этого небольшого концерна представляют собой отчет только одной из нескольких сотен таких фирм, ведущих бизнес во всех частях страны.

Несколько лет назад в некоторых частях Шотландии среди овец вспыхнула болезнь, похожая на оспу. В качестве профилактики овцам была сделана вакцинация. В течение нескольких лет было замечено, что огромное количество овцематок не в состоянии выкармливать своих ягнят. С прекращением вакцинации это явление исчезло.

Помогает ли это объяснить, почему в настоящее время более пятидесяти процентов человеческих матерей не способны кормить грудью своих детей?

С Нетерпением Жду

В настоящее время тенденция аллопатической медицины, несомненно, направлена на лечение сыворотками, антитоксинами и вакцинами. Практически все медицинские исследования направлены в этом направлении. Каждые несколько дней мы видим в ежедневных газетах сообщения о новых сыворотках и антитоксинах, которые, как утверждается, излечивают или создают иммунитет к определенным заболеваниям.

Предположим, что исследования и практика медицинской науки продолжают в этом направлении и являются общепринятыми или, как сказали бы медицинские ассоциации, навязанными общественности законом. Каков был бы результат? Прежде чем ребенок достигнет подросткового возраста, ему должны были ввести в кровь вакцины, сыворотки и антитоксины от оспы, гидрофобии, столбняка, цереброспинального менингита, брюшного тифа, дифтерии, пневмонии, скарлатины и т.д.

Если бы аллопатия добилась своего, кровь взрослого человека представляла бы собой смесь десятков грязных бактериальных экстрактов, болезнетворных примесей и разрушительных лекарственных ядов. Миндалины и аденоиды, червеобразный отросток и, вероятно, несколько других частей анатомии человека были бы удалены в ранней молодости по принуждению департаментов здравоохранения.

Что более рационально и разумно: стремление выработать иммунитет к болезням, превращая человеческое тело в питательную среду для всевозможных антибактерий и противоядий, или создать естественный иммунитет, нормализуя кровообращение, очищая организм от болезнетворных веществ и ядов, исправляя механические повреждения и развивая правильный ментальный настрой? Какой из этих методов с большей вероятностью приведет к возникновению болезни, а какой - к укреплению здоровья?

Только представьте, какой будет человеческая кровь у грядущих поколений, если людям будет навязано это искусственное заражение всевозможными болезнями и наркотическими ядами!

Глава XVIII

Хирургия

Первооткрыватели анестетиков относятся к числу величайших благодетелей человечества, поскольку считается, что эфир, хлороформ, кокаин и подобные нервно-парализующие средства значительно уменьшили количество человеческих страданий. Однако я сомневаюсь, что это правда.

Анестетики технически упростили хирургическую операцию и избавили от боли, вызываемой непосредственно разрезами; но, с другой стороны, эти чудесные эффекты обезболивающих препаратов способствовали проведению беспорядочных и ненужных операций до такой степени, что по крайней мере девять десятых всех выполняемых сегодня хирургических операций оказываются неуместными. В большинстве случаев за этими опрометчивыми увечьями следуют пожизненная слабость и страдания, которые намного перевешивают временные боли, которые раньше испытывались, когда неизбежные операции проводились без использования анестезии.

Мы не хотим, чтобы нас поняли как безоговорочно осуждающих любые хирургические вмешательства при лечении человеческих недугов. Иногда операция может быть абсолютно необходима для спасения жизни. Хирургическое вмешательство также показано в случаях травм, таких как раны или переломы костей, при определенных акушерских осложнениях и при других поражениях чисто механического характера.

Во всех подобных случаях анестетики предотвращают сильные страдания, которых невозможно избежать никаким другим способом. Но любой, у кого была возможность наблюдать длительные страдания жертв незарегистрированных операций, не усомнится в том, что анестезия была обоюдоострым мечом, который нанес гораздо больше ран, чем заживил.

Многие врачи более или менее отчетливо осознали бесполезность и вредность медицинского лечения "Старой школы". Неудовлетворенные и испытывающие отвращение к старомодным лекарствам, они обращаются к хирургии, убежденные, что в ней они владеют точным научным методом лечения недугов. Похоже, они думают, что самый надежный способ вылечить больной орган — это удалить его ножом - прекрасное рассуждение для школьников, но недостойное людей науки.

Я, со своей стороны, не могу понять, как можно вылечить орган после того, как он был удален и, сохраненный в спирте, украшает кабинет хирурга с образцами.

Разрушение или лечение — что лучше?

"Но, - говорит хирург, - мы не удаляем органы из тела, если только они не стали бесполезными".

Однако это утверждение не подтверждается реальными фактами. За последние десять лет тысячи пациентов прошли наше лечение, как в санаториях, так и в офисах в центре города, чьи семейные врачи заявили, что для спасения их жизней они должны без промедления лечь под

нож. За очень немногими исключениями, мы вылечили этих людей без использования ядовитых лекарств, антисептиков или ножа.

Несколько женщин, которые много лет назад столкнулись с удалением яичников, сегодня являются радостными матерями детей. Многие из наших бывших пациентов, которых врачи "Старой школы" лечили от острого или хронического аппендицита и настоятельно рекомендовали удалить поражающий орган, сегодня живы и здоровы, и у них по-прежнему имеются червеобразные отростки. Другим пациентам грозили операции по поводу камней в почках, желчном пузыре и мочевом пузыре; миомы и других опухолей; плавающих почек; проблем с желудком; кишечных и маточных расстройств, не говоря уже о множестве детей, которым предстояло удалить миндалины и аденоиды. Все эти бывшие пациенты, перенесшие хирургическое вмешательство, избежали ножа и действительно чувствуют себя очень хорошо, их тела целы и обладают полным набором органов, данных им Природой.

Разве не лучше вылечить больной орган, чем удалять его? Nature Cure каждый день доказывает, что лучший способ - это в то же время и самый простой.

Тысячи мужчин и женщин, прооперированных по поводу какого-либо местного заболевания, которое можно было легко вылечить естественными методами лечения, обречены этими непростительными увечьями на пожизненные страдания. Многие из них, если и не испытывали боли на самом деле, то были излишне несексуальны и другими способами лишены возможности нормально функционировать и получать естественные удовольствия от жизни.

Случаи такого рода - самые прискорбные из всех, попадающих под наше наблюдение. Когда мы узнаем, что консультанту была проведена серьезная операция, наш барометр надежды значительно падает. Из большого опыта мы знаем, что нанесение увечий человеческому организму имеет тенденцию уменьшать шансы на выздоровление; таким пациентам почти всегда не хватает восстановительных сил.

Тело, лишенное важных частей или органов, навсегда выходит из равновесия. Это как часы с вынутой пружиной или колесиком; они могут работать, но никогда не совсем правильно; они сверхчувствительны и легко выводятся из равновесия любым неблагоприятным воздействием.

Человеческое тело - это единое целое

Мы все больше и больше осознаем, что человеческое тело представляет собой однородное и гармоничное целое, и что мы не можем повредить одну его часть, не повредив другие части, а часто и весь организм. Порезы в жизненно важных органах означают порезы в мозге. Это оказывает наиболее глубокое воздействие на функции нервной системы.

Один врач из Вены написал очень интересную книгу, в которой он показывает, что внутренние оболочки носа находятся в тесной взаимосвязи и сочувствии с отдаленными частями и органами тела. Он обнаружил в носу небольшую область, соответствующую легким. Раздражая эту область электрической иглой, он мог спровоцировать приступы астмы у пациентов, подверженных этому заболеванию. Обезболив ту же область, он мог немедленно остановить тяжелые приступы астмы и кашля. Другая область в полости носа соответствует половым органам. Врач доказал, что при воздействии электрического тока на эту область можно произвести аборт и что при анестезии той же области в носу можно остановить маточные кровотечения.

Эти и многие другие факты опыта проливают удивительный свет на единство человеческого организма. Тело напоминает часы. Вы не можете повредить одну его часть, не затронув при этом весь его механизм.

Пагубные последствия хирургических операций не всегда проявляются сразу. Напротив, за хирургическим лечением часто следует период кажущегося улучшения. Беспокоящие местные симптомы устранены, и последствия нанесения увечий не успели проявиться. Но рано или поздно старые симптомы возвращаются в обостренной форме или возникает новый набор осложнений. Пациента заставляют поверить, что первая операция прошла совершенно успешно и что этот последний ряд трудностей не имеет ничего общего с предыдущими, а является чем-то совершенно новым. В других случаях его уверяют, что первая операция прошла недостаточно глубоко, что она не достигла источника проблемы и должна быть проведена заново.

И так работа по нанесению увечий весело продолжается. Болезнетворные яды в организме создают один очаг воспаления за другим. Эти очаги хирург быстро удаляет; но настоящая болезнь, венерическая, псориазная или золотушная инфекция, мочева или щавелевая кислота, ядовитые алкалоиды и птомаины, поражающие каждую клетку и каждую каплю крови в организме, ускользают от ножа хирурга и создают новые язвы, абсцессы, воспаления, камни, раковые образования и т.д., так же быстро, как удаляются старые.

Те, кто внимательно изучил предыдущие главы, легко поймут эти факты. Они будут знать, что острые и подострые состояния представляют собой усилия Природы по очищению и заживлению, и что локальное подавление с помощью лекарств или ножа служит лишь для превращения корректирующих и очищающих действий Природы в хроническое заболевание.

Высшее искусство настоящего врача - сохранять и восстанавливать, а не калечить или разрушать.

Глава XIX

Хронические заболевания

"Старая школа" медицинской науки определяет острые заболевания как те, которые протекают кратко и более или менее жестоко, а хронические - как те, которые протекают затяжно и имеют тенденцию к рецидивированию.

Nature Cure придает этим терминам более широкое и значимое значение. Это станет очевидным из нашего обсуждения причин, прогрессивного развития и назначения острых заболеваний на предыдущих страницах.

С точки зрения естественного лечения, хроническое заболевание - это латентное конституциональное заболевание, тогда как острое заболевание представляет собой усилия Природы по исправлению ненормальных состояний, преодолению и устранению наследственных или приобретенных патологических изменений и системных ядов и восстановлению нормальной структуры и функций.

В качестве иллюстрации: в случае постоянного или рецидивирующего зудящего псориаза врач "Старой школы" рассматривал бы зудящие кожные высыпания как хроническое заболевание, в то время как мы должны были бы видеть во внешней экземе попытку целительных сил природы

удалить из организма внутреннюю, скрытую наследственную или приобретенную псору, которая составляет настоящее хроническое заболевание.

Само собой разумеется, что внешние высыпания не следует подавлять никакими средствами, но что единственный верный и действительно эффективный метод лечения состоит в устранении из организма внутренней, скрытой псориазной инфекции. После того, как это будет сделано, внешнее "кожное заболевание" исчезнет само по себе.

В качестве другой иллюстрации радикального различия наших точек зрения давайте возьмем геморрой (геморроидальные узлы). Обычный врач считает локальные увеличения геморроидальных узлов сами по себе хроническим заболеванием, в то время как практикующий природолечение рассматривает геморрой как попытку Природы избавить организм от определенных болезненных загрязнений и ядов, которые накопились в результате замедленного кровообращения, хронических запоров, нарушения выведения через почки, легкие и кожу и от многих других причин.

Эти конституциональные аномалии, которые являются настоящим хроническим заболеванием, необходимо лечить и исправлять. После того, как это будет сделано, геморроидальные образования и выделения пройдут сами собой.

Следовательно, абсолютно иррационально и часто приводит к самым серьезным последствиям хирургическое удаление геморроидальных узлов или подавление геморроидальных выделений и, таким образом, вытеснение этих концентрированных ядовитых экстрактов обратно в организм.

В ряде случаев мы связали паралич, безумие, туберкулез, рак и другие формы хронических деструктивных заболеваний с насильственным подавлением геморроя.

Хроническая болезнь, с точки зрения философии естественного лечения, означает, что организм пропитался болезненными веществами и ядами до такой степени, что он больше не в состоянии избавиться от этих помех энергичными, острыми усилиями по выведению. Хроническое состояние, таким образом, представляет собой медленный, холодный тип заболевания, характеризующийся слабыми, безрезультатными усилиями по устранению скрытых болезненных загрязнений и препятствий из системы. Эти усилия могут принимать форму открытых язв, кожных высыпаний, катаральных выделений, хронической диареи и т.д.

Если лечить острые заболевания в гармонии с законами природы, они приведут организм в более чистое и здоровое состояние. Но если лечение неправильное, если в соответствии с методами "Старой школы" лихорадка и воспаление (естественные методы устранения) контролируются и подавляются ядовитыми лекарствами, сыворотками и антитоксинами или если вместо очищения и придания сил клеткам и тканям пораженные части и органы удаляются ножом хирурга, Природе не позволено избавиться от возбудителя болезни, и ядовитые загрязнения и болезненные отягощения остаются в организме.

Таким образом возникают наихудшие формы хронических заболеваний, которые сейчас поражают цивилизованные расы.

Истинность этого утверждения подтверждается тем фактом, что известные нам хронические заболевания редки среди примитивных народов земли, таких как ранние коренные народы

Африки и Австралии или эскимосы арктических регионов. Они не встречаются среди людей, не употребляющих наркотики. Все различные формы венерических заболеваний, хронический ревматизм, хроническое расстройство желудка и т.д. Неизвестны в тех странах, жители которых живут в гармонии с природой. Причина в том, что эти люди не научились подавлять острые усилия Природы по очищению с помощью ядовитых лекарств и хирургических операций.

Клетка

Давайте теперь изучим реальное состояние клеток, тканей и органов организма при хронических заболеваниях.

Мы знаем, что человеческое тело состоит из миллиардов мельчайших клеток живой протоплазмы. Хотя эти клетки настолько малы, что их приходится увеличивать под микроскопом в несколько сотен раз, прежде чем мы сможем их увидеть, они являются независимыми живыми существами, которые рождаются, растут, едят, пьют, выбрасывают отходы жизнедеятельности, размножаются, приходят в упадок и умирают точно так же, как большая конгломератная клетка, которую мы называем Человеком.

У каждой из этих маленьких клеток есть свое дело, которым нужно заниматься, будь то ассимиляция, элиминация, нервная деятельность и функции и т.д.

Если эти маленькие существа здоровы по отдельности, здоров и человек. Если они голодают или болеют, аналогично страдает весь человек. Целое зависит от частей. В человеческом организме, так же как в нации или городе, благополучие всего сообщества зависит от благополучия его отдельных членов.

Если бы руководящие органы осознали и применили эти истины и уделяли больше внимания обеспечению здорового окружения и надлежащих условий жизни для своих подданных, достаточному снабжению чистой пищей и нормальному сочетанию работы и отдыха, вместо того чтобы концентрировать свои лучшие усилия на ограничительных и карательных мерах (аллопатическом лечении), не было бы социальных проблем, требующих решения.

Наш долг - обеспечить максимально благоприятные условия жизни для маленьких клеток, составляющих отдельный человеческий организм. Если мы сделаем это, не будет повода для болезней. Результатом станет естественный иммунитет.

В этом заключается жизненно важное различие между отношением к болезни сторонников естественного лечения и аллопатической школы. Последний тратит все свои усилия на борьбу с симптомами болезни, в то время как первый ограничивается созданием здоровых условий в привычках и окружении пациента с той точки зрения, что симптомы болезни затем пройдут сами по себе, что они исчезнут из-за отсутствия поддержки. Это применение предписания "Не противься злу" к лечению физических заболеваний.

Под влиянием неправильного образа жизни и подавляющего лечения болезнями все формы отходов и болезнетворных веществ (фекалии клеток) вместе с пищевыми продуктами, напитками и лекарственными ядами накапливаются в организме, воздействуют на клетки и закупоривают крошечные промежутки (щели) между ними. Эти болезненные отягощения воздействуют на кровеносные сосуды, нервные каналы и другие ткани тела и закупоривают их.

Это неизбежно нарушит нормальные функции организма и со временем приведет к ухудшению состояния и органическому разрушению.

В этой связи мы хотели бы обратить внимание на разницу во взглядах между школой остеопатии и школой естественного лечения. Остеопаты и хиропрактики почти полностью объясняют заболевание "ущемлением" (ненормальным давлением) нервов и кровеносных сосудов из-за вывихов и подвывихов позвонков позвоночника и других костных структур. Они не принимают во внимание воздействие на нервные каналы и кровеносные сосуды по всей системе и их закупорку, вызванную местным или общим загрязнением организма отходами жизнедеятельности, болезнетворными продуктами и ядами, которые накопились в клетках и тканях.

Жизнь клетки

Каждая отдельная клетка должна снабжаться пищей и кислородом. Их она получает из красной артериальной крови. Клетки также должны иметь выход для продуктов их жизнедеятельности. Это обеспечивается венозным кровообращением, которое представляет собой дренажную систему организма. Если этот дренаж неисправен, воздействие на организм аналогично воздействию, оказываемому на дом, когда экскрементам и выделениям его обитателей позволяют оставаться в нем.

Кроме того, каждая клетка должна находиться в беспрепятственной связи с нервными токами организма. Самое важное, что он должен быть в контакте с симпатической нервной системой, через которую он получает Жизненную Силу, которая оживляет и контролирует все произвольные функции клеток и органов человеческого тела.

Каждая отдельная клетка должна быть снабжена нервными волокнами, которые передают ее ощущения и потребности в штаб-квартиру, нервные центры в головном и спинном мозге. Кроме того, каждая клетка должна быть связана с другими нервными волокнами, которые передают импульсы от черепных, спинномозговых и симпатических центров к клетке, управляя ее деятельностью.

Например, если клетка испытывает голод, жажду, холод или боль, она передает эти ощущения в головной или спинной мозг, и оттуда указания, необходимые для удовлетворения потребностей клетки, отправляются в форме нервных импульсов в центры, контролирующие кровообращение, снабжение пищей и теплом, средства защиты и т.д.

Этот канал связи от клетки по афферентным нервам к нервным центрам головного или спинного мозга, а от этих центров по эфферентным нервам обратно к клетке или к другим клеткам называется рефлекторной дугой.

Давайте воспользуемся иллюстрацией: предположим, что пальцы соприкасаются с горячим утюгом. Клетки на кончиках пальцев испытывают жгучую боль. Это ощущение сразу же передается по афферентным нервам в нервные центры головного или спинного мозга. В ответ на этот сигнал бедствия по эфферентным нервным волокнам возвращается команда: "Уберите пальцы!" В то же время импульс к отведению пальцев передается по двигательным нервам к мышцам и связкам, которые контролируют движения руки.

Если средства связи между различными частями организма перекрыты или полностью отключены, отдельная клетка неизбежно разрушится и умрет, точно так же, как должен погибнуть человек, заблудившийся в бесплодной пустыне и отрезанный от своих собратьев.

На войне хорошо известен факт, что если одной из противоборствующих армий удастся прервать телеграфную связь другой армии со своим штабом, то действия этой другой армии серьезно затрудняются. Таким образом, отходы жизнедеятельности организма, болезнетворные примеси, наркотические и алкогольные яды и т.д. Закупоривают нервные проходы и, таким образом, нарушают функции клетки, перекрывая ее средства коммуникации.

Сказанное послужит разъяснению и подчеркиванию необходимости идеальной чистоты как внутри, так и снаружи тела. Это оправдывает изречение Куне, апостола естественного лечения: "Чистота - это здоровье". Все, что каким-либо образом препятствует циркуляции жизненно важных жидкостей и нервных токов в системе, неизбежно создает ненормальные условия и функции, которые представляют собой болезнь.

Когда патологические отягощения и препятствия в организме достигают такой степени, что они серьезно препятствуют питанию, дренажу и снабжению нервов клеток, последние не могут выполнять свою деятельность должным образом и не могут избавиться от препятствия. Их можно сравнить с людьми, которые вынуждены жить в плохом, нездоровом окружении и которые не могут выполнять свою работу наилучшим образом в этих неблагоприятных условиях, из которых они не могут вырваться.

Таким образом возникает хроническое заболевание, которое означает, что клетки становятся неспособными к активному выделению в форме воспалительных лихорадочных реакций.

В своих лекциях я иногда сравниваю камеру, загроможденную болезненным веществом и ядами, с человеком, погребенным в шахте под обломками пещеры таким образом, что он не может освободиться от земли и бревен, которые придавливают его к земле. В таком затруднительном положении человек не в состоянии помочь себе сам. Его коллеги по работе или друзья должны прийти ему на помощь и убрать мешающие массы, пока он не сможет помочь им и освободиться сам.

Это хорошая иллюстрация состояния клеток организма при хронических заболеваниях. Они также стали неспособны помочь себе и нуждаются в помощи до тех пор, пока не смогут снова пробудить себя к самопомощи посредством острого усилия по устранению.

Что мы можем сделать, чтобы помочь им? В первую очередь мы должны стремиться обеспечить клетки правильным питанием. Мы должны воздерживаться от всего, что может нанести вред организму в еде и питье, чтобы освободить клетки от всей ненужной работы.

Что бы вы ни думали о вегетарианстве как о непрерывном образе жизни, небольшое размышление прояснит, что рациональное вегетарианское питание является неременным условием лечения хронических заболеваний. Он нормализует кровообращение, исключает все яды, содержащиеся в пище и питье, и тем самым дает организму возможность избавиться от старых накоплений отходов и болезнетворных веществ.

При хроническом заболевании поражается каждая капля крови и каждая клетка организма. Для излечения необходимо разрушить и удалить старые ткани и создать новые. Чем тщательнее

изменение рациона питания, тем значительнее и быстрее произойдут изменения к лучшему в клетках и тканях, особенно если используются только чистые и исключаящие вред продукты.

По этим причинам при естественной обработке рекомендуется отказаться от большинства видов мяса с красной кровью. Все мясо животных содержит болезненные выделения и другие отходы жизнедеятельности животного организма, а это означает дополнительную работу для клеток, и без того перегруженных системными ядами.

Тогда мы должны работать над устранением. Холодная вода, нанесенная на поверхность тела, является самым мощным стимулятором кровообращения. Она фактически прокачивает кровь по системе. Человек чувствует, как кровь с большей силой бежит по артериям и венам.

Процедура с холодной водой делает кожу более живой и активной, активизирует кровообращение по всей системе и, таким образом, способствует выведению системных токсинов через кожу.

Это стимулирующее действие холодной воды на организм было доказано путем подсчета количества красных кровяных телец в капле крови до и после применения холодного "блицгуса". Было обнаружено, что их количество удвоилось. Это не означает, что в одно мгновение снова появилось столько же красных кровяных телец, но это означает, что до холодного "guss" половина из них лениво дремала по углам. Холодная вода взбудоражила их, вовлекла в кровообращение, заставила путешествовать и заниматься делами.

Еще одним мощным средством, способствующим выведению токсинов, является тщательный, систематический массаж. Разминание, раскатывание, скручивание и похлопывание фактически вытесняют застоявшиеся болезненные вещества и продукты жизнедеятельности из тканей в кровоток, которые выводятся через венозный дренаж и позволяют красной крови с ее питанием и поступлением свежего кислорода наполнять клетки и органы.

Массаж также очень эффективен как средство регулирования кровоснабжения в организме. При каждом хроническом заболевании возникает непроходимость или застойные явления в какой-либо части организма, вызывающие высокое кровяное давление внутри тела и недостаточное кровоснабжение внешних частей, особенно конечностей. Массаж быстро и равномерно распределяет кровь.

Большое значение имеет остеопатия. Все вывихи, вывихи и подвывихи костей и связок должны быть исправлены квалифицированными манипуляциями. На самом деле, сегодня вряд ли можно найти человека, у которого позвоночник так или иначе не был бы ненормальным, точно так же, как вряд ли существует хоть один нормальный человеческий глаз [что касается иридологических меток].

Манипулятивное лечение устраняет повреждения позвоночника и других костных структур, устраняя таким образом ненормальное давление на нервы и кровеносные сосуды и устанавливая свободный и обильный поток нервов и крови.

Воздушные и световые ванны, естественным образом стимулируя кожу к повышенной активности, также способствуют достижению различных хороших результатов, только что описанных.

Далее следуют физические упражнения. Корректирующие и лечебные движения в сочетании с глубоким дыханием способствуют сгоранию (окислению) вредных веществ и, таким образом, облегчают их выведение из организма.

Сама жизнь зависит от дыхания. Жизненная сила поступает в тело с каждым нашим вдохом. Покажите мне человека с хорошо развитыми, дышащими полной грудью легкими, и я покажу вам человека с хорошей жизненной силой.

Последним, но не менее важным среди естественных методов лечения хронических заболеваний мы называем правильный ментальный и эмоциональный настрой. Страх, тревога и все родственные эмоции сковывают нервную материю и тем самым перекрывают поступление нервной силы. Клетки и ткани голодают и замерзают. С другой стороны, эмоции надежды, уверенности и жизнерадостности расслабляют и открывают кровеносные сосуды и нервные каналы и обеспечивают свободный приток и циркуляцию жизненной энергии.

Различные методы естественного лечения и их практическое применение при хронических заболеваниях будут подробно рассмотрены в последующих главах.

Когда с помощью естественных методов жизни и лечения патологические помехи устранены в достаточной степени, чтобы обеспечить и поддерживать нормальное кровоснабжение, лучший венозный дренаж и беспрепятственный поток нервных токов, когда повреждения костных структур исправлены умелой регулировкой, и когда благодаря правильному ментальному настрою установлен свободный и обильный приток Жизненной Силы, тогда клетки и ткани тела снова становятся способными к острой очистительной работе, и организм готов к кризису исцеления.

Глава XX

Кризисы

Кризис в обычном смысле этого слова означает перемены либо к лучшему, либо к худшему. Применительно к медицине термин "кризис" был определен как "решающее изменение в течении болезни, приводящее либо к выздоровлению, либо к смерти".

Мы, представители школы естественного лечения, различаем кризисы исцеления и кризисы болезни в зависимости от характера и тенденции острой реакции. Если острое заболевание вызвано накоплением болезнетворных веществ или вторжением болезнетворных микробов до такой степени, что здоровье или жизнь организма находятся под угрозой, другими словами, если болезненные условия вызывают кризисы, мы говорим о кризисах болезни.

Но если в организме происходят острые реакции из-за того, что условия стали более нормальными, потому что целительные силы взяли верх и вызвали острые воспалительные процессы, мы называем их кризисами исцеления.

Кризисы исцеления - это просто различные формы устранения, посредством которых Природа пытается устранить из системы латентное, хроническое заболевание. Наиболее распространенными формами этих острых очищений являются простуда, катаральные и геморроидальные выделения, фурункулы, язвы, абсцессы, открытые язвы, кожные высыпания, диареи и т.д.

Кризисы исцеления и кризис болезни могут показаться очень похожими. Пациенты часто говорят мне: "У меня это уже было раньше. Я называю это обычным фурункулом (или простудой, или лихорадкой)".

Это может быть правдой. Предыдущий кризис болезни и нынешний кризис исцеления могут быть схожи по своим внешним проявлениям. Но они происходят в совершенно других условиях.

Когда организм перегружен до опасной точки болезнетворными веществами, он может в целях самозащиты предпринять острые усилия по выведению из организма в форме простуды, катара, лихорадки, воспаления, кожной сыпи и т.д. В этих случаях болезненные состояния вызывают кризис, и организм переходит к обороне. Это кризисы болезни.

Такая неравная борьба между целительными силами и болезненными состояниями иногда заканчивается благоприятно, а иногда и неблагоприятно.

С другой стороны, кризисы исцеления развиваются из-за того, что силы исцеления набирают силу и переходят в наступление. Они вызываются естественными методами жизни и лечения и всегда приводят к улучшению условий.

Простая аллегория может помочь мне объяснить разницу между кризисом исцеления и кризисом болезни:

Боксер-призер годами удерживает чемпионский титул, потому что поддерживает себя в идеальной физической форме и перед каждым соревнованием проводит много недель в тщательных тренировках. Когда он встречается со своим противником на ринге, он выводит из своего организма как можно больше отходов жизнедеятельности, лишней плоти и жира с помощью строго регламентированной диеты и большого количества тяжелых физических упражнений. Как следствие, он выходит победителем из каждого соревнования и легко сохраняет свое превосходство.

Эти победы в его карьере, подобно исцеляющим кризисам в организме, являются результатом тренировок.

Боксер-профессионал в одном случае и Витал Форс в другом находятся в наступлении с самого начала схватки и демонстрируют лучшее в бою от начала до конца.

Обретя чрезмерную уверенность в продолжительном успехе, наш чемпион постепенно позволяет себе прийти в ослабленное физическое состояние. Он пренебрегает своими обычными тренировками и предается всевозможным развлечениям.

Однажды, полный самомнения и недооценивающий силу своего соперника, он выходит на ринг без подготовки и терпит бесславное поражение от человека, который при других обстоятельствах не смог бы ему противостоять.

Таким образом, в случае пациента, находящегося в кризисе заболевания, летальное прекращение может быть вызвано чрезмерным накоплением отходов и болезненных веществ в организме, снижением жизнеспособности и недостаточной подготовкой. Победа или поражение как в острых реакциях, так и на ринге зависит от правильного образа жизни и подготовительных тренировок.

В кризисе исцеления жизнеспособность оказывается сильнее и одерживает победу в борьбе; в кризисе болезни преобладают болезненные состояния, которые могут привести к поражению целительных сил.

В условиях, благоприятных для жизни человека, организм с нормальной структурой, здоровой кровью и тканями и хорошей жизнеспособностью не может быть поражен острым заболеванием. Такой организм практически невосприимчив ко всем формам воспалительных лихорадочных реакций. Они всегда указывают на то, что в системе что-то не так, что Природа пытается исправить или избавиться от этого.

Кризисы исцеления

Во второй главе "Катехизис естественного лечения" мы определили кризис исцеления следующим образом: "Кризис исцеления - это острая реакция, возникающая в результате преобладания целительных сил Природы над болезненными состояниями. Его тенденция направлена на выздоровление, и, следовательно, это соответствует конструктивному принципу Природы ". Возможность возникновения кризисных состояний заживления и, таким образом, излечения хронических заболеваний зависит от следующих условий:

Пациент должен обладать достаточной жизненной энергией и способностью реагировать, чтобы реагировать на естественное лечение и изменение привычек. Разрушение и дезорганизация жизненно важных жидкостей и органов, должно быть, не зашли слишком далеко.

Некоторых пациентов пугает мысль о кризисах. Они восклицают:

"Я приехал сюда, чтобы выздороветь, а не для того, чтобы мне стало хуже".

Однако поводов для тревоги нет. Кризисы заживления протекают в легкой форме только потому, что под влиянием естественной жизни и лечения Природа одерживает верх в борьбе. Целительные силы организма взяли верх над болезненными состояниями.

На самом деле Природа никогда не прибегает к кризису исцеления, пока система не будет подготовлена к нему, пока организм не будет достаточно очищен и укреплен, чтобы провести острую реакцию до благоприятного завершения.

Кроме того, хорошо помнить, что кризисов избежать невозможно, потому что именно через лихорадки и воспалительные процессы Природа производит лечение — она разрушает старое, чтобы построить новое.

С другой стороны, если пациенты обладают исключительно хорошей жизнеспособностью и если органы выделения находятся в хорошем рабочем состоянии, очищение и адаптация организма иногда могут проходить постепенно, без возникновения выраженных острых реакций или кризов.

Исцеляющие кризисы, При Правильном проведении,

Никогда не бывают смертельными для жизни

При хорошей поддержке правильных, естественных методов ведения жизни и лечения кризисы заживления никогда не бывают опасными или фатальными для жизни. Единственная опасность заключается в подавлении этих острых реакций с помощью лекарств, ножа, пакета со льдом или любых других средств.

Если острые реакции подавлены, кризис конструктивного исцеления может смениться кризисом деструктивной болезни. Поэтому мы настоятельно предупреждаем наших пациентов никогда никоим образом не вмешиваться в кризис выздоровления, чтобы хроническое состояние (возникшее в результате подавления первоначальной болезни) не стало хуже, чем раньше.

Когда Природа, со всей силой, присущей человеческому организму, наконец-то дошла до точки исцеляющего кризиса, очередное поражение в результате нового подавления может оказаться выше ее сил выдержки и восстановления сил. Результатом этого может стать фатальный коллапс.

Поэтому будьте осторожны! Если вы не готовы терпеть кризисы выздоровления, не беритесь за лечение. Когда вы вызвали скрытых демонов болезни, вы должны иметь мужество встретиться с ними лицом к лицу и победить их. Ничего хорошего в жизни к нам не приходит, если мы не платим за это цену. Тот, кто слишком труслив, чтобы победить в кризисе исцеления, может погибнуть в кризисе болезни.

Наркотики Против кризисов Исцеления

Наши объяснения естественных законов лечения и естественной терапии часто приветствуются врачами и студентами "Старой школы" замечаниями, подобными следующим:

"Вы говорите так, как будто у вас есть монополия на элиминативное лечение и создание кризисов. С нашими слабительными, катарсическими, мочегонными, потогонными и тонизирующими средствами мы делаем то же самое. Что может быть более эффективным для стимуляции вялой печени и очищения желудочно-кишечного тракта, чем каломель с последующей дозой солей? Что вызывает более обильное потоотделение, чем пилокарпин; или что является лучшим стимулятором для почек, чем сквиллс или бучу? Разве мы не можем с помощью стимуляторов и депрессантов регулировать работу сердца в нужной степени?"

"Мы достигаем всего этого чистым, научным способом, не прибегая к неприятным диетам и варварскому применению спринцеваний, компрессов и мануальных процедур. Разве не более достойно и профессионально выписать рецепт на латыни? Насколько лучшее впечатление на мирян производит замачивание и растирание!"

Давайте посмотрим, верны ли эти утверждения, действительно ли слабительное, мочеиспускание или потоотделение, вызываемые ядовитыми лекарствами, идентичны по характеру и эффекту выведению, производимому естественным образом жизни и естественными методами лечения через кризисы заживления.

Ртуть в форме каломели является одним из наиболее известных желчегонных средств [средство, предназначенное для увеличения оттока желчи и, тем самым, стимуляции работы нижних отделов кишечника, ~ ред.~]. Это любимое слабительное и катарсическое средство аллопатии.

Преобладающая идея состоит в том, что каломель действует на печень и кишечник; но на самом деле на эти органы действует наркотик.

Все слабительные и катарсические средства являются ядами; если бы это было не так, они не производили бы своего особого, радикального эффекта. Поскольку они являются ядами, Природа старается вывести их из организма как можно быстрее и тщательнее. Для того чтобы сделать это, выделительные железы и мембраны печени и пищеварительного тракта значительно увеличивают количество своих выделений и тем самым производят принудительную эвакуацию кишечного канала.

Таким образом, организм, стремясь устранить ртутный яд, выводит также и другое содержимое кишечника. Это может привести к временному очищению кишечного тракта, но не очищает и не может очистить отдельные клетки по всему организму от загрязнений.

Долговременные последствия искусственной продувки

В соответствии с Законом действия и противодействия действие и противодействие равны и противоположны; временное раздражение и чрезмерная стимуляция чувствительных оболочек органов пищеварения сопровождаются соответствующей слабостью и истощением, а если эта процедура повторяется и становится привычной, постепенной атрофией и параличом. По мере прогрессирования атрофии дозу слабительного необходимо увеличивать, чтобы достичь желаемого результата, а это, в свою очередь, ускоряет дегенеративные изменения в системе.

Такая принудительная искусственная очистка может промыть канализацию, но не очистит помещения дома. Клетки внутренних тканей остаются забитыми болезнетворными веществами. Подлинная и по-настоящему эффективная уборка должна начинаться в клетках и осуществляться по инициативе жизненных энергий организма, через кризисы исцеления, а не через стимуляцию ядовитыми раздражителями.

Когда при естественном режиме жизни и лечения система достаточно очищена, отрегулирована и оживлена, клетки сами начинают работу по элиминации.

Вот что происходит: болезнетворные вещества и яды, выделяемые клетками и тканями, переносятся посредством венозного кровообращения к органам выделения, кишечнику, почкам, легким и коже, а также к слизистым оболочкам, выстилающим внутренние тракты, такие как носовые ходы, горло и бронхи, пищеварительные и мочеполовые каналы и т.д.

Эти органы выделения переполняются приливом болезненных веществ, и сопровождающие их гиперемия и раздражение вызывают острые воспалительные процессы и лихорадочные симптомы, характеризующие различные формы простудных заболеваний, катаров, кожных высыпаний, поносов, фурункулов и других острых форм выделения, которые мы называем кризисами заживления. Другими словами, то, что "Старая школа" медицины называет болезнью, мы рассматриваем как Лекарство.

Резкое устранение, вызванное таким образом, является природным методом уборки в доме. Это настоящий кризис исцеления, результат очищения и повышения активности клеток изнутри, произведенного естественными средствами.

Тут вмешивается друг аллопат: "Вы утверждаете, что вызываете свои острые реакции только естественными средствами и что они никогда не наносят вреда организму. Какая разница,

стимулируется ли кровообращение и усиливается ли выведение с помощью спрея с холодной водой или наперстянки? Стимуляция холодной водой вызывает реакцию, аналогичную реакции дигиталиса, и поэтому одно должно быть таким же вредным, как и другое ".

На это мы отвечаем: "Стимулирующий эффект на сердце и кровообращение, оказываемый наперстянкой, является первым действием сильнодействующего наркотика; второй длительный эффект - ослабляющий и парализующий. С другой стороны, первое действие спрея с холодной водой угнетающее; он направляет кровь внутрь тела и уплотняет поверхность. Чувствительные нервы немедленно сообщают об этом ощущении холода в головной мозг, и немедленно по кровеносным сосудам внутри тела передается команда: "Отправьте кровь на поверхность!" В результате кровь поднимается на поверхность, а кожа становится теплой и розовой, наполненной сиянием жизни. В этом случае стимуляция является вторым и длительным эффектом водной процедуры, от которого больше нет никакой реакции ".

Аналогично, стимуляция, вызываемая физическими упражнениями, массажем, манипуляциями или воздействием обнаженного тела на свет и воздух, является естественной стимуляцией, производимой безвредными естественными средствами. Это полностью связано с тем фактом, что условия в системе были сделаны более нормальными, как объяснялось в других главах.

Наркотики, стимуляторы и тонизирующие средства, хотя они и вызывают искусственную, временную стимуляцию, не изменяют лежащих в основе патологических состояний в организме. Точно так же промывание толстой кишки водой, употребление слабительных травяных чаев и отваров или принудительное потоотделение с помощью турецких или русских бань, хотя и не такие опасные, как неорганические минералы и ядовитые лекарства, не могут быть отнесены к естественным средствам лечения. Эти средства, которые многие люди рассматривают как естественное лечение, вызывают раздражение органов выделения до принудительной, ненормальной активности, не вызывая в то же время естественного выведения клеток внутри организма.

Доктор Х. Ламанн, один из ведущих ученых движения за естественное лечение, провел серию интересных экспериментов. Его химики собрали естественное потоотделение некоторых пациентов, выделяющееся при обычных физических упражнениях на солнце. Эти выделения с кожи были выпарены и проанализированы, и было обнаружено, что они содержат яды, достаточно мощные, чтобы убить кроликов.

Если обильное потоотделение было вызвано у тех же пациентов высокой температурой в камере с горячим воздухом или электрическим освещением, то при испарении и анализе их пота было обнаружено, что он содержит лишь небольшое количество токсинов. Таким образом, доктор Ламанн доказал, что:

Потоотделение и устранение болезнетворных веществ - это два разных процесса. Искусственно вызванное потоотделение не устраняет болезнетворные вещества. Организм нельзя принудить к действию с помощью раздражителей, стимуляторов и искусственных средств, но он устраняет болезненные вещества только своим собственным естественным способом и тогда, когда он находится в надлежащем для этого состоянии.

В меньшей степени это относится и к голоданию. При определенных условиях оно становится необходимостью, но им легко злоупотребить.

Неужели мы никогда не терпим неудачу?

Конечно, мы терпим неудачу, но наши неудачи обычно происходят из-за того, что больные люди, как правило, не рассматривают Естественное лечение иначе, как последнее средство. Методы и требования Естественного лечения поначалу кажутся настолько необычными и требовательными, что люди стремятся избегать их до тех пор, пока у них есть хоть малейшая вера в чудодейственную силу пузырька с ядом, метафизического целителя или хирургического ножа. Когда здоровье, богатство и надежда полностью исчерпаны, хронический страдалец хватается за Природное лечение, как утопающий за соломинку. Но даже несмотря на то, что девяносто процентов поступающих к нам случаев относятся к явно неизлечимому типу, наши полные неудачи редки.

Если в организме достаточно жизненных сил, чтобы реагировать на естественное лечение, и если разрушение жизненно важных частей и органов не зашло слишком далеко, излечение возможно. Часто кажущиеся безнадежными случаи заканчиваются наиболее легко.

Наш успех обусловлен тем, что мы не полагаемся на какой-то один метод лечения, а сочетаем в своей работе все, что есть хорошего в различных системах естественного исцеления.

Закон кризисов

Повсюду в природе и в мире людей мы находим очевидный Закон кризисов. Это доказывает, что это универсальный закон, управляющий всеми космическими отношениями и деятельностью.

Войны и революции - это исцеляющие кризисы в жизни наций. Ереси и реформации - это кризисы религии. В забастовках, беспорядках и панике мы распознаем кризис коммерческой жизни.

Сама степенная старая Мать-Земля в седом прошлом неоднократно меняла конфигурацию своих континентов и океанов в результате великих катаклизмов или геологических кризисов.

Когда знойный летний воздух насыщается ядовитыми парами и миазмами, атмосферные кризисы, такие как ливни, гром, молнии и электрические разряды, охлаждают и очищают воздух и заново наполняют его живительным озоном. Подобным же образом кризисы исцеления очистят отягощенные болезнями тела людей.

Эмануэль Сведенборг дает нам замечательное описание Закона кризисов в его связи с возрождением души. Мы цитируем главу, в которой он описывает действие этого закона, озаглавленную "Возрождение осуществляется через борьбу с искушением".

"Те, кто не был проинструктирован относительно возрождения человека, думают, что человек может быть возрожден без искушения. Но следует знать, что никто не возрождается без искушения; и что многие искушения преуспевают одно за другим. Причина в том, что возрождение совершается с определенной целью, для того, чтобы жизнь ветхого человека могла умереть и была введена новая жизнь, которая является небесной. Следовательно, очевидно, что должен быть конфликт [кризис исцеления — прим. автора ~]; ибо жизнь старого человека сопротивляется и решает не угасать; и жизнь нового человека может войти только там, где жизнь старого угасла.

"Тот, кто мыслит исходя из просвещенного разума, может увидеть и постичь из этого, что человек не может быть возрожден без борьбы, то есть без духовных искушений; и далее, что он возрождается не одним искушением, а многими. Ибо существует очень много видов зла, которые составляли радость его прежней жизни, то есть прежней жизни. Все эти пороки нельзя победить сразу и вместе; ибо они цепко держатся, поскольку были укоренены в родителях много веков назад [золотуха души — прим. автора ~] и, следовательно, являются врожденными в человеке и подтверждаются реальными пороками, исходящими от него самого с младенчества. Все это зло диаметрально противоположно небесному благу [совершенному здоровью — прим. автора ~], на которое следует намекать и которое должно составить Новую Жизнь".

Таким образом, вдохновленный Провидец Севера рисует яркую картину того, что мы называем кризисами исцеления, в их связи с нравственным возрождением.

Мы не можем не признать тесного соответствия физических и духовных кризисов; это, опять же, демонстрирует непрерывность и точное соответствие Законов природы на различных планах бытия. [Закон Гермеса: ~ Как вверху, так и внизу; как во внутреннем, так и во внешнем; как в меньшем, так и в большем.~]

Мы, представители школы естественного лечения, знаем, что этот великий Закон кризисов доминирует в лечении хронических заболеваний. Каждый случай является очередным подтверждением этого; фактически, каждый решительный шаг на пути к совершенному здоровью отмечен острой реакцией.

Лечение неизменно продвигается через тьму и хаос кризисов к свету и красоте совершенного здоровья, периоды заметного улучшения чередуются с острой ликвидирующей активностью ("духовные искушения" и "битвы" Сведенборга), пока не произойдет совершенное перерождение.

Глава XXI

Периодичность

При многих формах острых заболеваний кризисы развиваются с заметной регулярностью и с четко определенной периодичностью. Это явление наблюдалось и описано многими врачами.

Однако не так хорошо известно, что и при лечении хронических заболеваний кризисы развиваются в соответствии с определенными законами периодичности.

Периодичность регулируется Законом Семерки, который, по-видимому, является основным законом, регулирующим вибрационную деятельность планетарной вселенной.

Гармоники тепла, света, звука, электричества, магнетизма, а также атомной структуры и расположения измеряются в семи масштабах.

Закон Семерок регулирует дни недели, фазы луны и менструальные периоды женщины. Каждый наблюдающий врач знает о его влиянии на лихорадочные, нервные и психические заболевания.

Закон Семерок управляет жизнью отдельных людей, наций и всего, что живет и имеет периоды рождения, роста, расцвета и упадка.

Более двух тысяч лет назад Пифагор и Гиппократ отчетливо распознали и провозгласили Закон кризисов в его отношении к излечению хронических заболеваний. Они учили, что чередующиеся, четко определенные периоды улучшения и кризисов определяются и регулируются законом периодичности и законом чисел (Септимальным законом).

Следующие цитаты взяты из ~ Энциклопедии Британника, ~ Том. XV, стр. 800:

Но эта художественная завершенность была тесно связана с "третьей кардинальной добродетелью" медицины Гиппократа — ясным признанием болезни как процесса, наравне с жизнью, управляемого тем, что мы бы сейчас назвали естественными законами, которые можно познать путем наблюдения и которые указывают на спонтанное и нормальное направление выздоровления, следуя которому только врач может добиться успеха.

"Еще одно учение Гиппократа, влияние которого еще не исчерпано, - это учение о целительной силе Природы. Не то чтобы Гиппократ учил, в чем его впоследствии упрекали, что Природы достаточно для лечения болезней; ибо он твердо верил в эффективность искусства. Но он признавал, по крайней мере при острых заболеваниях, естественный процесс, через который проходят жидкости — сначала они становятся грубыми, затем проходят через коккование или переваривание и, наконец, выводятся в результате разрешения или кризиса по одному из естественных каналов организма. Долг врача состоял в том, чтобы предвидеть эти изменения, "помогать или не препятствовать им", чтобы "больной человек мог победить болезнь с помощью врача". Времена, когда следовало ожидать кризисов, естественно, ожидалось с тревогой; и кардинальным моментом в системе Гиппократа было их точное предсказание. Гиппократ, находящийся, как считается, под влиянием пифагорейской доктрины чисел, учил, что их следует ожидать в дни, установленные определенными числовыми правилами, в одних случаях в нечетные, в других — в четные числа - знаменитое учение о "критических днях". Из сказанного следует, что прогнозирование, или искусство предсказывать течение и развитие болезни, было сильной стороной врачей-гиппократов. В этом, возможно, они никогда не были превзойдены. Диагноз, или распознавание болезни, неизбежно должен был быть несовершенным, когда не существовало научной нозологии или системы заболеваний *, а знание анатомии было совершенно недостаточным, чтобы позволить точно определить очаг заболевания; но симптомы, без сомнения, наблюдались и умело интерпретировались. О пульсе не говорится ни в одной из работ, которые в настоящее время приписываются самому Гиппократу, хотя он упоминается в других работах коллекции ".

* Автор этой статьи в Британской энциклопедии не видит, что современная [тогда, как и сейчас] ортодоксальная "научная нозология, или система болезней" затемняет простоту и точность философии болезни и лечения Гиппократа.

"При лечении болезней школа Гиппократа придавала большое значение диете, причем были детально определены вариации, необходимые при различных заболеваниях. В хронических случаях в основном полагались на диету, физические упражнения и естественные методы ".

Эти чудесные истины вместе с другой мудростью древних были утрачены в духовной тьме Средневековья. Современная медицина рассматривает эти утверждения и учения Школы Гиппократа как "суеверие, не имеющее под собой никаких фактических оснований". Однако

великие мудрецы древности, черпая из источника древней мудрости, глубоко скрытого от самодовольных переписчиков и мудрецов школ, в конце концов, провозгласили истину.

Каждый случай хронического заболевания, должным образом вылеченного естественными методами, доказывает реальность и стабильность Закона кризисов. Поэтому для того, кто знает, является постоянным удивлением, что этот важнейший и самоочевидный закон практически неизвестен ученикам обычных школ.

Закон семерок

В соответствии с Законом периодичности, шестой период из любых семи периодов отмечен реакциями, изменениями, революциями или кризисами. Поэтому народная интуиция рассматривает этот период как несчастливый. Пятница, шестой день недели, считается несчастливым днем; пятница - день палача; согласно традиции, Учитель Иисус был распят в пятницу.

Начиная с первого шестого периода или пятницы за любое заданное количество часов, дней, недель, месяцев, лет или групп лет, в зависимости от обстоятельств, каждый последующий седьмой период характеризуется кризисами.

Это объясняет, почему 13 считается несчастливым числом. Оно представляет второй критический период, или пятницу.

Однако на самом деле нет никаких причин для этого суеверного страха перед пятницей и числом 13. Это происходит из-за непонимания законов Природы. Разумно сотрудничая с этими законами, мы можем превратить критические периоды в нашей жизни в целительные кризисы и благотворные изменения.

Мы не должны бояться кризисных периодов большей жизни и изменений в наших внешних обстоятельствах, которые они могут принести, больше, чем мы должны бояться кризисов в физическом теле.

Глубокое понимание природы и цели исцеляющих кризисов при острых и хронических заболеваниях научило меня природе и цели зла в целом. Это помогло мне более ясно понять значение фразы "Не сопротивляйся злу" и изречения: "Мы наказаны нашими грехами, а не за наши грехи". Это показало мне, что зло - это не наказание или проклятие, а необходимое дополнение к добру, что оно преследует корректирующие и воспитательные цели, что оно остается с нами только до тех пор, пока мы нуждаемся в его спасительных уроках.

Зло физических болезней не является результатом несчастного случая или произвольных решений капризного Провидения, и это не всегда "ошибка смертного разума". Из философии Nature Cure и ее практических приложений мы узнали, что, за исключением несчастных случаев и условий или окружения, неблагоприятных для жизни человека, это в любом случае вызвано нарушениями физических законов нашего бытия. Таким образом, социальное, политическое и промышленное зло в жизни в целом вызвано нарушениями закона в соответствующих сферах жизни и деятельности.

До тех пор, пока нарушения физических законов нашего бытия приводят к возникновению наследственных и приобретенных заболеваний, мы должны ожидать реакций, которые могут стать либо кризисами болезни, либо кризисами исцеления. Точно так же, до тех пор, пока

невежество, эгоизм и потакание своим желаниям продолжают творить зло в других сферах жизни, мы должны ожидать возникновения кризисов, реакции и революции и там. Когда знание, самоконтроль и альтруизм станут единственными мотивами действий, зло и кризисы, которые оно вызывает, естественным образом исчезнут.

Поэтому мы должны не бояться перемен и периодов кризисов, а сотрудничать с ними с ясным взглядом и сильной волей. Тогда они приведут к улучшению и дальнейшему росту.

Жизнь - это рост, а рост - это изменение. Единственная смерть - это застой. Потеря друзей, дома или состояния может показаться на какое-то время непреодолимым бедствием; но если относиться к таким потерям с правильным настроем, они станут ступеньками к большим возможностям и более высоким достижениям.

Многие из наших пациентов раньше смотрели на свое болезненное состояние как на большое несчастье и незаслуженное наказание; но поскольку оно привело их к соприкосновению с философией естественного лечения и показало им необходимость подчиняться законам своего бытия, теперь они смотрят на прежнее зло как на величайшее благословение в своей жизни, потому что оно научило их, как стать хозяевами судьбы, вместо того чтобы оставаться игрушкой разрушительных сил Природы.

Почему мы должны бояться даже величайшего из всех кризисов, физической смерти, когда она также является лишь воротами к более широкой жизни, большим возможностям и более прекрасному окружению? Почему мы должны скорбеть о смерти друзей и родственников, когда они всего лишь эмигрировали в другую, лучшую страну?

Предположим, нам самим пришлось отправиться в великое путешествие сегодня или завтра, разве мы не должны быть рады встретить некоторых из наших друзей на другой стороне и получить от них радушный прием, совет и руководство в новой обстановке?

Поэтому мы не должны ни бояться, ни пытаться избежать кризисов во всех без исключения сферах жизни и деятельности, но встречать их и сотрудничать с ними бесстрашно и разумно. Тогда они всегда будут способствовать появлению больших возможностей и более высоким достижениям.

Закон Семерок применим к Индивидуальной жизни

Применительно к жизни индивида Закон периодичности проявляется следующим образом:

Жизнь человека на земном плане разделена на периоды продолжительностью в семь лет. Первые семь лет представляют собой период младенчества. Со следующих семи, детских лет, начинается индивидуальная ответственность, осознанное различие правильного и неправильного. Третья группа включает годы отрочества; четвертая знаменует достижение полного роста. Почти все цивилизованные страны учитывают этот факт, устанавливая законный возраст в двадцать один год.

Двадцать восьмой год, начало пятого периода, является еще одной вехой на пути развития.

Шестой период, начинающийся в возрасте тридцати пяти лет и заканчивающийся в сорок два, отмечен реакциями, изменениями и кризисами. Поэтому это может показаться несчастливым

периодом; но если мы поймем закон и будем соблюдать его, мы станем лучше и сильнее во всех отношениях после того, как пройдем этот период.

В течение седьмого периода последствия шестого, или кризисного, периода продолжают и корректируются сами собой. Это период реконструкции, восстановления сил и отдыха и, следовательно, наилучшей подготовки к новому циклу семерок, который начинается с пятидесятого года.**

** Те, кто интересуется Законом периодичности применительно к жизни в целом, найдут много ценной информации в книге доктора медицины Дж. Р. Бьюкенена "Периодичность", изданной издательством Kosmos Publishing Co., 2112 Sherman Ave., Эванстон, Иллинойс.

В этой связи интересно отметить, что закон Моисея признавал закон периодичности и определял воскресенье как первый день или "день рождения" недели, а субботу (Шаббат) как последний день или "отдых", в который нужно готовиться к следующему семидневному периоду.

Ортодоксальная наука в настоящее время признает, что нормальная продолжительность человеческой жизни должна составлять около ста пятидесяти лет. Это составило бы три цикла по сорок девять лет каждый, первый из которых соответствует молодости, второй - зрелости, а третий - плодоношению.

Закон Семерок при лихорадочных заболеваниях

Если мы применим Законы периодичности к течению острых лихорадочных или воспалительных заболеваний, мы обнаружим, что шестой день от начала появления первого четко выраженного симптома отмечает первую пятницу, или первый кризис болезни, и что каждый седьмой день после этого также отличается обострениями и изменениями, как в лучшую, так и в худшую сторону.

Закон семерок при хронических заболеваниях

Применительно к лечению хронических заболеваний под влиянием естественных методов жизни и лечения законы кризисов и Периодичности проявляются следующим образом:

Когда хронический пациент, шансы которого на излечение высоки, помещается в надлежащие (естественные) условия жизни и лечения, у него, как правило, наступает заметное улучшение в течение пяти недель.

Шестая неделя, если условия благоприятны, обычно знаменует начало острых реакций или кризисов заживления. Это означает, что целительные силы организма стали достаточно сильными, чтобы начать работу по острой элиминации.

С помощью всевозможных острых реакций, таких как кожные высыпания, поносы, лихорадочные, воспалительные и простудные состояния, фурункулы, абсцессы, слизистогнойные выделения и т.д., Природа пытается удалить скрытые, хронические заболевания из организма.

Характер кризисов заживления и время их наступления в каждом конкретном случае часто можно точно предсказать с помощью глазного диагноза (см. Главу XIII), исходя из данных природы о состоянии радужной оболочки.

Но лучший из всех методов диагностики - это самоизлечение, потому что слабые места и болезненные нарушения в организме выявляются во время кризисов выздоровления.

Все Те же Старые Боли

Часто мы слышим от пациента, переживающего кризисные состояния: "Это те же старые боли, которые были у меня раньше. Это точно такая же проблема, от которой я страдаю уже много лет. Это не кризис!— Я простудился или съел что-то, что мне не подходит".

Пациент забыл, чему мы его учили относительно Закона кризисов. Он упускает из виду тот факт, что кризисы исцеления - это не что иное, как возобновление старых болезненных состояний, острое проявление недугов, которые стали хроническими из-за пренебрежения или подавления.

Конечно, это "все те же старые недуги". Лечение природой не создает новых болезней. Кризисы означают пробуждение и устранение наследственных и приобретенных пороков и ядов. При правильных методах лечения любое предыдущее болезненное состояние, подавленное лекарствами, ножом или умственными усилиями, может повториться в виде кризиса выздоровления.

Это все те же старые боли, которые так часто доставляли неприятности в прошлом, но сейчас они проходят своим чередом в других условиях, потому что пациент теперь живет в гармонии с законами Природы.

Согласно естественному режиму, Природу поощряют и помогают ей в ее усилиях по очищению и исцелению. Ей позволено по-своему мудро разрушать старое и созидать новое.

"Старые школы" целительства провозглашают Мать-природу плохим целителем. Но мы, представители школы естественного лечения, верим, что мудрость, создавшая этот замечательный, сложный механизм, который мы называем человеческим телом, знает также, как сохранить и восстановить его. Каждый кризис выздоровления, пройденный в естественных условиях с помощью естественных методов лечения, очищает и укрепляет организм и приближает его к идеальному здоровью.

Наши критики и оппоненты часто спрашивают нас, откуда мы знаем, что наши методы естественны и находятся в гармонии с законами природы.

На это мы отвечаем: своевременное возникновение приступов заживления, их упорядоченное развитие и благоприятное завершение составляют наилучший критерий правильности и естественности применяемых методов лечения. Быстрое наступление и благоприятные результаты острых реакций являются определенным признаком того, что целительные силы организма находятся на подъеме и что лечение соответствует естественным законам излечения и конструктивному принципу в Природе.

Еще один вопрос, который нам иногда задают, звучит так: "Развиваются ли кризисы исцеления при каждом хроническом заболевании при естественном лечении?" Наш ответ таков: если состояние пациента неблагоприятно для излечения, то есть если жизненный тонус слишком низок, а разрушение жизненно важных органов зашло слишком далеко, кризис заживления может быть пропорционально отсрочен или вообще не наступить. В таких случаях симптомы болезни будут усиливаться по тяжести и сложности и станут более деструктивными, а не

конструктивными, вплоть до окончательного фатального кризиса. Конец может наступить быстро, или состояние пациента может постепенно приближаться к летальному исходу.

И снова пациенты спрашивают нас: "Через сколько кризисов мне придется пройти?" Мы отвечаем им: ровно столько, сколько вам нужно; ни больше, ни меньше. Пока в системе что-то не так, кризисы будут приходить и уходить; но каждый кризис, если его успешно преодолеть, является еще одной вехой на пути к совершенному здоровью.

Чрезвычайно интересно наблюдать, как упорядоченно и разумно Природа выполняет свою работу по исцелению и восстановлению. Решается одна проблема за другой.

Прежде всего, улучшается состояние органов пищеварения, потому что дальнейший прогресс зависит от правильного усвоения и выведения из организма. Кишечник должен работать свободно и естественно, прежде чем произойдет какое-либо постоянное улучшение. Лечение, которое не приводит к этому первому предварительному улучшению, несомненно, не приведет к более важным результатам.

В этой связи важным фактом является то, что почти все наши пациенты, когда они попадают к нам на попечение, страдают от очень упорных запоров, несмотря на (или, возможно, из-за) пожизненного приема лекарств. Ни лекарства, ни операции не приносили им ничего, кроме временного облегчения, и проблема усугублялась, а не выздоравливала.

Если методы лечения "Старой школы" не увенчались успехом в устранении простых запоров, чего еще от них можно ожидать, поскольку преодоление запоров, очевидно, является первоочередной необходимостью для любого другого улучшения?

Система лечения, которая не может достичь этого, не может достичь ничего другого. Поэтому странно, что медицинская школа, которой не удалось, при всех ее хваленом знаниях и мудрости, вылечить простой запор, категорически отрицает, что естественными методами можно вылечить рак, эпилепсию, локомоторную атаксию и другие так называемые неизлечимые заболевания.

Наша Самая Большая Трудность

Самая большая трудность в нашей работе заключается в том, чтобы безопасно провести наших пациентов через периоды бурных кризисов. Первое, предварительное улучшение часто настолько заметно, что пациент считает себя уже вылеченным. Он скажет: "Доктор, я чувствую себя прекрасно! Со мной больше ничего не случилось! Я не могу понять, почему я не должен пойти домой и продолжать естественный режим там!"

Это чувство умственного подъема и физического благополучия обычно является признаком того, что первое общее улучшение продвинулось достаточно далеко, чтобы подготовить организм к кризису исцеления. Поэтому мой ответ самоуверенному пациенту может быть примерно таким: "Помните, что я вам сказал. Первое улучшение - это не лекарство, это всего лишь подготовка к настоящей битве. Берегитесь! Через несколько дней ты сможешь насвистеть другую мелодию".

И действительно, обычно в течение нескольких дней после такого разговора пациент погружается в пучину уныния. Его органы пищеварения находятся в плачевном состоянии. Его тошнит, язык покрыт пленкой, он страдает от головной боли и множества других симптомов в

зависимости от его индивидуального состояния. На самом деле, многие старые недомогания, которые, как он думал, уже были излечены, возобновились с новой силой.

Кризисы исцеления, представляющие собой радикальные изменения в системе, всегда сопровождаются физической и умственной слабостью, потому что в этих восстановительных процессах задействована каждая частичка жизненной силы. Весь организм потрясен до самого основания; глубоко укоренившиеся хронические заболевания распространяются по всей системе.

Процессы устранения кризисов заживления часто сопровождаются глубокой психической депрессией и чувством сильного отвращения к естественному режиму и всему, что с ним связано.

Пациент думает, что, в конце концов, Естественное лечение не для него, что ему становится хуже, а не лучше. Пропорционально серьезности происходящих в нем изменений, он впадает в уныние. Часто у него проявляются все ментальные и эмоциональные симптомы тоски по дому. В эти критические дни требуется вся наша сила убеждения, чтобы удержать подавленного и обескураженного пациента от отказа от борьбы и от принятия чего-либо, чтобы облегчить его страдания. Он настаивает, что "для него нужно что-то сделать", и не может понять, как он когда-нибудь выберется из своего "ужасного состояния" без какого-нибудь хорошего сильного лекарства.

Если бы наших пациентов постоянно и тщательно не инструктировали относительно Законов кризисов и периодичности, и если бы мы настоятельно не советовали и не поощряли их продолжать лечение, мало кто из них выстоял бы в эти критические периоды.

Это объясняет, почему так много людей не могут быть излечены, а также объясняет, почему естественный образ жизни и самолечение часто не приносят желаемых результатов, если проводятся без инструкций и руководства компетентного, опытного врача-целителя.

Пока улучшение продолжается, все прекрасно, и надежда растет высоко. Но когда наступают неизбежные кризисы, страдалец верит, что, в конце концов, он совершил ошибку, приняв естественный режим, особенно когда друзья и родственники делают все возможное, чтобы разрушить его веру в естественные методы лечения насмешками и мрачными пророчествами о неудаче.

Напуганный и обескураженный, пациент возвращается к "египетским котлам с мясом", к старым добрым пилюлям и микстурам, и впоследствии он рассказывает своим друзьям, что "пробовал натуральное лечение и вегетарианскую диету, но это не помогло".

Мать-природа остается "книгой за семью печатями" для тех, кто не доверяет ей, презирает и противодействует ей, кто полагается на созданную человеком мудрость и постоянно меняющиеся теории и догмы школ.

Но, с другой стороны, каждый кризис, успешно разрешенный в соответствии с законами Природы, становится источником вдохновения для того, кто следует ее руководству и помогает ей разумными усилиями и любовной заботой.

Глава XXII

А как насчет "хронического"? Это занимает так много времени

"Да, лечение природой - это хорошо, но это занимает так много времени". Время от времени мы слышим это или подобное замечание. Наш ответ: "Нет, это не займет много времени. Это самое быстрое лекарство из всех существующих".

Беда в том, что, как правило, нам приходится иметь дело только с самыми запущенными случаями так называемых неизлечимых заболеваний. Люди обращаются к врачу, занимающемуся лечением природой, только после того, как все другие методы лечения были испробованы и оказались безрезультатными.

Пока остается частица веры в пузырек с лекарством, нож или метафизическую формулу целителя разума, люди предпочитают эти простые методы, не требующие усилий с их стороны, лечению природными средствами, требующему личного напряжения сил, самоконтроля, изменения или отказа от заветных привычек. Однако это то, чего большинство из нас избегает, пока может. "Физические упражнения, холодный блицгусс, никакого красного мяса, никакого кофе?—Я бы лучше умер!"

Боишься холодной воды

Кажется, что самым страшным на пороге является холодная вода. Несомненно, она удержала тысячи людей от естественного лечения и, следовательно, от единственно возможного лекарства от их хронических заболеваний. Если бы мы могли добиться столь же хороших результатов без наших героических методов лечения, тротуары, ведущие к нашему учреждению, были бы запружены людьми, требующими приема.

В конце концов, этот глупый страх совершенно беспочвенен. Холодной воды следует бояться не больше, чем человека-пугала. Это один из наших фундаментальных принципов лечения - никогда не делать ничего, что причиняет боль пациенту. Мы всегда "привязываем ветер к остриженному ягненку", холодность воды и силу манипуляций - к чувствительности и выносливости объекта. Начиная с мягких, попеременно теплых и прохладных спреев, которые приятны всем, мы постепенно увеличиваем силу и снижаем температуру, пока пациент настолько не привыкнет к холодной воде, что блицгусс станет восхитительным ощущением, настоящей роскошью.

Забавно наблюдать за постепенным изменением отношения наших пациентов к лечению холодной водой. В некоторых случаях нам приходилось тратить часы на серьезные уговоры, прежде чем нам удавалось убедить особо чувствительного человека попробовать первый мягкий спрей. Через несколько недель, если, возможно, что-то мешало обливанию холодной водой, пациент с негодованием отказывался от другого лечения, если холодной воды не было.

Безусловно, нет лучшего тонизирующего средства, чем холодная вода, нет более волнующего ощущения, чем то, которое возникает при художественном применении чередующихся обливаний и блица.

Мы считаем, что истинную причину этого страха перед холодной водой следует искать в хвастовстве ветеранов. Когда, выпятив грудь и задрав подбородок, они хвастаются новичкам или своим друзьям своим героизмом и хладнокровием, с которым они позволяют обливаться себя

холодной водой из шланга, слушатель вздрагивает и восклицает: "Вам, может быть, и подойдет эта холодная вода, но мне она никогда не подойдет".

Несомненно, именно эта бравада посвященных удерживает многих новичков от первого погружения в тайны Nature Cure. Если бы эти робкие люди только знали, чего им не хватает!

Бизнес Против Лечения

С точки зрения бизнеса, возможно, было бы лучше вообще отказаться от холодной воды. Это, конечно, доставило бы гораздо меньше хлопот; но тогда непреклонная честность отца Кнайпа, сторонника лечения холодной водой в немецком отделении Natural Cure, снизошла на его последователей и заставляет их говорить всю правду и ничего, кроме правды, использовать все, что может принести пользу пациенту и обеспечить реальное и стойкое излечение.

Наши друзья, остеопаты, лишь сочувственно улыбаются нашим тяжелым трудам. Они спрашивают: "Зачем баловаться с холодной водой и отгонять пациентов, когда приятные манипуляции приносят пользу?" Если мы спросим в ответ: "Излечивают ли ваши приятные манипуляции стойкие хронические заболевания?" Они отвечают: "Мы не рассчитываем вылечить их. Это требует слишком большого труда и портит репутацию нашей работы. Ни у одного из ста хроников не хватает терпения и настойчивости, чтобы вылечиться. Кроме того, если пациент слишком долго приходит в офис на лечение, он отталкивает других".

Некоторые из самых успешных остеопатов в этом городе взяли за правило не лечить пациента дольше шести недель или двух месяцев.

В ряде случаев этого может быть достаточно для достижения заметного первичного улучшения, но этого недостаточно для того, чтобы вызвать у пациента кризис выздоровления, и, следовательно, это не приводит к реальному излечению, поскольку не устраняет первопричины заболевания. Если через некоторое время скрытое хроническое заболевание снова проявляется внешними симптомами, пациент возвращается на новый курс лечения; раньше он был так быстро "вылечен" и думает, что ему снова помогут.

Отдавая должное остеопатам, следует сказать, что мы не имеем в виду те хронические заболевания, которые непосредственно вызваны поражениями позвоночника или других костных структур. Если такие вывихи или подвывихи являются единственной причиной проблемы, их исправление с помощью манипулятивного лечения может привести к излечению в течение нескольких недель.

Но, несмотря на учения ортодоксальной остеопатии, большинство хронических заболеваний возникают по другим причинам. В большинстве случаев существующие повреждения позвоночника сами по себе являются результатом других первичных заболеваний, которые должны быть устранены до того, как будут устранены костные повреждения.

Способ лечения зависит от цели, которая должна быть достигнута. Если речь идет о том, чтобы пациент почувствовал себя лучше с наименьшими возможными затратами времени, денег, личных усилий и самоконтроля с его стороны, а также с наименьшими нагрузками со стороны врача или целителя, тогда могут подойти остеопатические манипуляции или метафизические формулы. Но если цель состоит в том, чтобы фактически и навсегда вылечить глубоко укоренившееся хроническое заболевание, то для достижения результатов потребуются все

методы естественного лечения, разумно скомбинированные и адаптированные к индивидуальному случаю.

Вырвите корни

Срезание их голов не уничтожает сорняки. Первый признак улучшения в лечении хронического заболевания не означает излечения.

Глазной диагноз, подтверждаемый повседневным практическим опытом, показывает тот факт, что симптоматические проявления болезни обусловлены глубинными конституциональными причинами; что хронические симптомы представляют собой слабые и неэффективные попытки природы вывести из организма золотушные, псориазные или сифилитические инфекции и продукты болезни, возникающие в результате пищевых и медикаментозных отравлений, или преодолеть разрушительные последствия хирургических вмешательств.

Таким образом, уменьшение симптомов не всегда является признаком реального и постоянного излечения. Последнее полностью зависит от устранения наследственных и приобретенных конституциональных пороков и ядов.

Когда под влиянием естественного образа жизни и методов лечения организм хронического больного становится достаточно очищенным и окрепшим, может наступить период заметного улучшения. Все симптомы болезни постепенно проходят, пациент набирается сил, как физических, так и умственных, и он чувствует себя так, как будто с ним больше ничего не случилось.

Но глаза рассказывают другую историю. Они показывают, что основные конституциональные нарушения не были полностью устранены — сорняки не были вырваны с корнем.

Этого можно достичь только с помощью кризисов исцеления, с помощью Природных очищающих и заживляющих действий в форме воспалительных и лихорадочных процессов; все, что не соответствует этому, является всего лишь предварительным улучшением, "подготовкой к борьбе", но не лечением.

Когда вы заказываете костюм у своего портного, вы не забираете его у него незаконченным; если вы это сделаете, у вас получится неудовлетворительная одежда.

Вам больше не следует вмешиваться в процесс лечения после появления первых признаков улучшения. Продолжайте до тех пор, пока вы полностью не устраните из своего организма скрытые конституциональные нарушения и лекарственные яды, которые были причиной ваших проблем. После этого вы сможете грести на своем собственном каноэ; тогда правильного образа жизни и правильного мышления будет достаточно для поддержания совершенного здоровья и силы, физической, умственной и моральной.

Следует ли бросить Хронического пациента на произвол Судьбы

Потому что Аллопатия говорит, что Он Неизлечим?

Часто наши друзья, коллеги или пациенты подвергают нас суровой критике за то, что мы соглашаемся на некоторые, казалось бы, безнадежные хронические заболевания. Они восклицают:

"Вы знаете, что у этого мужчины локомоторная атаксия, а у этой женщины эпилепсия: вы, конечно, не надеетесь вылечить их", или: "Доктор, вам не кажется, что присутствие этого ужасного человека вредит учреждению? От него остались только кожа да кости, и он наверняка долго не проживет".

Иногда открытая критика и скрытые инсинуации указывают на то, что причины, по которым мы принимаем неизлечимых, корыстны.

Если бы мы сегодня уволили тех наших пациентов, которые, с ортодоксальной и популярной точки зрения, считаются неизлечимыми, то не осталось бы и десяти из ста; и все же наши полные неудачи немногочисленны. Многие такие, казалось бы, безнадежные пациенты обращались за лечением месяц за месяцем, в некоторых случаях в течение года или более, очевидно, без какого-либо заметного прогресса; и все же сегодня они находятся в наилучшем состоянии.

Да, иметь дело с такими пациентами - тяжелая и часто неблагодарная работа. Было бы намного проще, гораздо прибыльнее и принесло бы больше славы, если бы мы ограничились лечением острых заболеваний, ибо именно там Природное лечение творит свои самые впечатляющие чудеса. С другой стороны, достижение, казалось бы, невозможного, доказательство того, чего Природное лечение может достичь в самых упорных хронических случаях, придает нам мужества и само по себе является компенсацией.

Слово "хронический" в словаре медицины "Старой школы" является синонимом слова "неизлечимый". В этом нет ничего странного; поскольку медикаментозное и хирургическое симптоматическое лечение острых заболеваний создает хронические состояния, от него, конечно, нельзя ожидать их излечения. Если из-за продолжающегося подавления усилия Природы по очищению и исцелению превратились в хронические заболевания, в регулярных трудах по медицинской практике даются следующие указания:

"Когда это заболевание достигает хронической стадии, вы уже не можете его вылечить. Вы можете посоветовать пациенту сменить климат или профессию. Что касается медикаментозного лечения, лечите симптомы по мере их возникновения".

Мы знаем, что симптомы - это усилия Природы по исцелению; когда их своевременно лечат, то есть подавляют, неудивительно, что хроническое заболевание не выздоравливает. На самом деле, именно лечение делает его хроническим заболеванием и сохраняет его таким.

Почему Nature Cure Достигает Результатов

Nature Cure достигает результатов в лечении хронических заболеваний, потому что ее теории и практики полностью противоположны только что описанным. Однако, когда врач-естественник утверждает, что он может вылечить рак, туберкулез, эпилепсию, паралич, болезнь Брайта, диабет или определенные психические расстройства, обычный врач проявляет только насмешку и презрение. Он даже не снизойдет до изучения каких-либо доказательств в поддержку наших утверждений.

Поскольку, в таком случае, Лечение природой предлагает так называемым неизлечимым единственную надежду и единственно возможное средство восстановления здоровья, почему бы не дать ему шанс? Часто явно безнадежные пациенты наиболее охотно поддавались нашему

лечению, в то время как более многообещающие оказывали самое упорное сопротивление. Даже при использовании наилучших из возможных методов диагностики трудно определить, насколько далеко зашло разрушение жизненно важных органов или насколько глубоко они были пропитаны лекарственными ядами.

Поэтому часто невозможно с уверенностью предсказать, каким будет результат. Это может быть определено только справедливым судебным разбирательством. В прошлом мы рассматривали множество случаев, которые, согласно правилам и прецедентам ортодоксальной науки, должны были быть мертвы и похоронены давным-давно; однако сегодня эти люди живы и находятся в наилучшем состоянии здоровья.

Время от времени подобные инциденты возрождают наш энтузиазм и веру в Nature Cure: недавно к нам поступили три новых случая от трех бывших пациентов, которые проходили лечение несколько лет назад. Эти трое были одними из самых тяжелых пациентов, когда-либо лечившихся в нашем учреждении. Когда они поступили к нам, предполагалось, что один умирает от рака, второй находился на поздних стадиях третичного сифилиса, а третья, женщина, перенесла несколько операций по удалению аппендикса и яичников. На момент, когда она начала наше лечение, ей посоветовали пройти еще одну операцию по удалению матки.

Эти неизлечимые были чрезвычайно утомительны. Не раз тот или иной человек уходил, обескураженный и испытывающий отвращение, только для того, чтобы вернуться, зная, что, в конце концов, Природное лечение - их единственная надежда. После того, как они покинули нас, мы потеряли их из виду и часто задавались вопросом, как у них дела. Представьте себе наше приятное удивление, когда все трое, по словам вновь прибывших, были в добром здравии. Что, если бы потребовались месяцы или даже годы для достижения желаемых результатов? Какова была бы судьба этих трех пациентов, если бы не медленное природное лечение?

Обескураженные пациенты часто спрашивают: "Почему другие так быстро выздоравливают, в то время как у меня наблюдается столь незначительное улучшение? Это лекарство, кажется, подходит для лечения некоторых болезней, но, очевидно, оно не подходит для моего случая".

Это ошибочное рассуждение. Настоящее природное лечение подходит для любого случая, потому что оно включает в себя все хорошее, что есть в естественных методах лечения. В тяжелых случаях Nature Cure не виновата в медленных и неудовлетворительных результатах: трудность заключается в характере и запущенной стадии заболевания.

Глава XXIII

Лечение хронических заболеваний

Давайте теперь рассмотрим наилучшие методы для создания кризисов исцеления, упомянутых в предыдущих главах, то есть наилучшие методы лечения хронических форм заболеваний.

Мы обнаружили, что острые заболевания представляют собой усилия Природы по очищению и регенерации человеческого организма посредством воспалительных лихорадочных процессов, в то время как при хроническом состоянии организм не способен возбудиться до таких острых реакций. Соответственно, лечение должно отличаться.

Лечение острых заболеваний природными средствами направлено на уменьшение внутреннего застоя, облегчение теплового излучения и выведение болезнетворных веществ и системных ядов из организма. Таким образом, он облегчает и смягчает лихорадочные процессы и удерживает их ниже опасной точки, никоим образом не сдерживая и не подавляя их.

В то время как наши методы лечения острых заболеваний оказывают седативный эффект, наше лечение хронических заболеваний рассчитано на стимуляцию, то есть на пробуждение вялого организма к большей активности с целью вызвать острые воспалительные реакции или кризисы заживления.

Если единство болезней, продемонстрированное в предыдущей главе, является фактом Природы, должно быть возможно лечить все хронические, а также все острые заболевания единообразными методами, а природные средства должны соответствовать основным причинам заболевания.

Естественные методы лечения

Естественные методы лечения можно разделить на две группы:

Те, которые пациент может применять самостоятельно, при условии, что он был должным образом проинструктирован по их правильному выбору, сочетанию и применению. Те, которые должны применяться компетентным врачом-естественником.

К первой группе относятся диета (голодание), купания и другие водные процедуры, правильное дыхание, общие физические упражнения, корректирующая гимнастика, воздушные и солнечные ванны, психотерапия.

Ко второй группе относятся специальные применения методов, упомянутых в группе 1, и в дополнение к ним водолечение, массаж, манипуляции, медикаментозное лечение в виде гомеопатических препаратов, неядовитых экстрактов трав и витохимических средств, и, что наиболее важно, правильное управление кризисами заживления, которые развиваются при естественном лечении хронических заболеваний.

Диагноз

Правильный диагноз - первое, что необходимо для рационального лечения. Каждый честный врач признает, что методы диагностики "Старой школы", мягко говоря, неудовлетворительны и неточны, особенно при установлении первопричин заболевания.

Поэтому мы должны приветствовать любые методы диагностики, которые проливают больше света на причины и природу болезненных состояний в организме человека.

Теперь нам предлагаются два ценных дополнения к науке диагностики - остеопатия и глазная диагностика.

Остеопатия предоставляет ценную информацию о связи между болезненными состояниями и неправильным расположением позвонков и других костных структур, сокращениями или ненормальным расслаблением мышц и связок, а также воспалением нервов и нервных центров.

Диагностика по глазу - это пока еще новая наука, и многое еще предстоит открыть и лучше объяснить. Мы не утверждаем, что записи природы в глазу раскрывают все детали

патологических тенденций и изменений, но они действительно выявляют многие патологические состояния, наследственные и приобретенные, которые не могут быть установлены никакими другими методами диагностики.

Опуская рассмотрение всего, что в настоящее время является спекулятивным и неопределенным, мы вправе сделать следующие заявления:

Глаз - это не только, как говорили древние, "зеркало души", но он также выявляет ненормальные состояния и изменения в каждой части и органе тела. Каждый орган и часть тела представлены в радужной оболочке глаза в четко определенной области. Радужная оболочка глаза содержит огромное количество мельчайших нервных волокон, которые через зрительные нервы, зрительные центры головного мозга и спинной мозг связаны с каждым нервом в теле и получают впечатления от него. Нервные нити, мышечные волокна и мельчайшие кровеносные сосуды в различных областях радужной оболочки воспроизводят изменяющиеся состояния в соответствующих частях или органах. С помощью различных отметин, знаков, ненормального цвета и обесцвечивания радужной оболочки Природа выявляет наследственные поражения, передающиеся по наследству. Природа также дает знать по признакам, отметинам и изменению цвета об острых и хронических воспалительных или катаральных состояниях, локальных поражениях, разрушении тканей, различных лекарственных ядах и изменениях в структурах и тканях, вызванных случайной травмой или хирургическими повреждениями. Глазной диагноз положительно подтверждает теорию Ганемана о том, что все острые заболевания имеют конституциональную основу в виде наследственных или приобретенных патологических пятен. Эта наука позволяет диагносту по одному только виду радужной оболочки определить унаследованные или приобретенные склонности пациента к здоровью и болезням, его состояние в целом и состояние каждого органа в частности. Читая записи Природы по глазам, он может предсказать различные кризисы исцеления, через которые пациенту придется пройти на пути к здоровью. Глаз выявляет опасные изменения в жизненно важных частях и органах с момента их возникновения, что позволяет пациенту предотвратить любое угрожающее заболевание естественным образом жизни и естественными методами лечения. Изменения в радужной оболочке точно фиксируют постепенное очищение системы, выведение болезнетворных веществ и ядов, а также приспособление организма к нормальным условиям под восстанавливающим воздействием естественного образа жизни и лечения.

Эта интересная тема будет рассмотрена более полно в отдельном томе ("Иридиагностика", ~ опубликованном в 1919 году доктором Линдларом). В этой связи я ограничусь кратким изложением истории открытия этой ценной науки.

История Великого открытия

Доктор Фон Пекзели из Будапешта, Венгрия, совершенно случайно обнаружил записи Природы в глазу, когда мальчику было десять лет.

Однажды, играя в саду своего дома, он поймал сову. Борясь с птицей, он сломал ей одну из конечностей. Глядя прямо в большие, яркие глаза совы, он заметил, что в тот момент, когда хрустнула кость, в нижней центральной области радужки появилось черное пятно, которое, как он позже выяснил, соответствовало расположению сломанной ноги.

Мальчик наложил шину на сломанную конечность и держал сову как домашнее животное. Когда перелом зажил, он заметил, что черное пятно в радужной оболочке затянулось белой пленкой и окружено белой каймой (обозначающей образование рубцовой ткани в сломанной кости).

Этот случай произвел неизгладимое впечатление на будущего врача. Впоследствии он часто вспоминался ему. Из дальнейших наблюдений он пришел к убеждению, что ненормальные физические состояния отражаются в глазах.

Будучи студентом, фон Пекзели участвовал в революционном движении 1848 года и был посажен в тюрьму как агитатор и главарь. Во время своего заключения у него было достаточно времени и досугу, чтобы заниматься своей любимой теорией, и он все больше и больше убеждался в важности своего открытия. После освобождения он занялся изучением медицины, чтобы развить свои важные открытия и более полно подтвердить их в операционных и анатомических кабинетах. Сам он был зачислен интерном в хирургическое отделение университетской больницы. Здесь у него было достаточно возможностей наблюдать за глазами пациентов до и после несчастных случаев и операций, и таким образом он смог составить первую точную схему глаза.

С тех пор, как фон Пекзели поведал миру о своих открытиях, многие известные ученые и добросовестные наблюдатели в Австрии, Германии и Швеции посвятили свои жизни совершенствованию этой замечательной науки. Обычные медицинские школы, как организация, игнорировали и будут игнорировать это, потому что это раскрывает ошибочность их любимых теорий и практик, и потому что это безошибочно выявляет ужасные результаты хронического отравления лекарствами и непродуманных операций.

В нашей работе мы не ограничиваемся глазной диагностикой, а сочетаем с ней диагностические методы (физикальную диагностику) обычной медицинской школы и остеопатическую диагностику костных поражений, а также микроскопические исследования и химические анализы.

Таким образом, любой из этих методов дополняет и проверяет все остальные. Только таким образом можно прийти к полному и определенному пониманию состояния пациента.

"Ключ к диагностике по глазу" с точностью описывает области радужной оболочки, соответствующие различным частям тела. Эта цветная диаграмма радужной оболочки была подготовлена доктором Х. Ланом, автором книги "Диагноз по глазу", и ее можно получить в издательстве Kosmos Publishing Co., 2112 Sherman Ave., Эванстон, Иллинойс.

Глава XXIV

Жизненная сила

В четвертой главе мы назвали в качестве первой из основных причин болезней снижение жизненного тонуса.

Что мы можем сделать, чтобы повысить жизненный тонус? Врачи "Старой школы" и люди в целом, похоже, думают, что этого можно добиться, потребляя большое количество питательной пищи и напитков, а также используя стимуляторы и тонизирующие средства.

Пациенты постоянно кричат: "Доктор, если бы вы только могли прописать мне какое-нибудь хорошее тонизирующее средство или какую-нибудь пищу, которые придадут мне сил, тогда со мной все было бы в порядке! Я уверен, что это все, что мне нужно для выздоровления".

Мы полностью согласны с пациентом в том, что ему нужно больше жизненных сил для преодоления болезни, но, к сожалению, их нельзя получить из еды и питья, из стимуляторов и тонизирующих средств.

Жизненная сила, как бы мы ее ни называли или в каком бы аспекте она ни проявлялась, - это не то, что мы можем есть или пить. Это независимо от физического тела и материальной пищи. Если бы тело "упало замертво", как мы это называем, жизненная сила продолжала бы действовать так же энергично в духовном теле, которое является точной копией физического организма.

Физически-материальное тело, так же как и духовно-материальное тело, являются лишь инструментами для проявления жизненной силы. Они - сама жизнь не больше, чем скрипка - художник.

Но точно так же, как скрипка должна содержаться в хорошем состоянии, чтобы художник мог извлекать из нее гармонию звуков, так и еда и питье необходимы для поддержания физического тела в наилучшем возможном состоянии для проявления жизненной силы. Чем более нормальными будут структура и функции нашего физического и духовного тел, чем гармоничнее будет наша мыслительная и эмоциональная жизнь, тем обильнее будет приток жизненной силы в двойной организм.

Этот важный вопрос был более подробно рассмотрен в главе IV.

Незнание этих простых истин приводит к самым серьезным ошибкам. Врачи и люди в целом не перестают думать, что чрезмерное употребление пищи и питья, как правило, лишает организм жизненных сил, вместо того чтобы снабжать его ими.

Процессы переваривания, ассимиляции и выведения из организма пищи и питья сами по себе требуют значительных затрат жизненной силы. Поэтому вся пища, принимаемая сверх фактических потребностей организма, расходует жизненную силу, которая должна быть доступна для других целей, для выполнения физической и умственной работы.

У римлян была пословица: "Plenus venter non studet libenter" — "Полный желудок не любит учиться". Самая полезная пища, если ее употреблять в избытке, засорит систему отходами, точно так же, как избыток угля ослабит и погасит огонь в печи.

Более того, болезнетворные вещества и системные яды, вырабатываемые нечистой, неподходящей или неправильно скомбинированной пищей, засоряют клетки и ткани организма, вызывают ненужное трение и препятствуют притоку и функционированию жизненных энергий, подобно тому, как пыль в часах засоряет и затрудняет движение их механизма.

Величайший из ныне живущих художников не сможет извлечь гармоничных звуков из струн самого прекрасного скрипача Страдивари, если корпус скрипки заполнен пылью и мусором. Точно так же жизненная сила не может действовать идеально в теле, наполненном болезненными препятствиями.

Человеческий организм способен ежедневно высвобождать и проявлять ограниченное количество жизненной силы, точно так же, как определенная сумма капитала в банке принесет определенную сумму процентов в данный момент времени. Если будет снято больше имеющейся суммы процентов, капитал в банке уменьшится и постепенно истощится.

Точно так же, если мы расходует жизненной силы больше, чем нам положено ежедневно, результатом будет "нервное банкротство", то есть нервная прострация или неврастения.

Обязанность врача - регулировать расходование жизненной силы в соответствии с доходами. Он должен пресекать все утечки и остерегаться расточительности.

Стимуляция параличом

Этот заголовок может показаться парадоксальным, но он подтверждается фактом. Стимуляторы - это яд для организма. Мало кто понимает, что их бодрящий и, по-видимому, тонизирующий эффект вызван параличом важной части нервной системы.

Если, как мы узнали, полезные пища и питье сами по себе не содержат жизненной силы и, следовательно, не могут передать ее человеческому организму, то тем более этого нельзя достичь с помощью стимуляторов.

Человеческое тело имеет множество соответствий с часами. У обоих есть двигатель, или приводной механизм, и тормозное устройство, или ограничитель.

Если бы не тормозящие противовесы, заведенная часовая пружина сработала бы и израсходовала свое усилие за несколько мгновений. Расход скрытого усилия в заводной пружине должен регулироваться тормозным и уравнивающим механизмом часов.

Аналогичным образом, нервная система в организме животных и человека состоит из двух основных отделов: двигательного, или приводящего в движение, и тормозящего, или сдерживающего механизма.

Движущая сила обеспечивается симпатическими нервами и двигательными нервами. Они передают жизненную энергию и нервные импульсы клеткам и органам тела, таким образом иницируя и регулируя их деятельность.

Мы обнаружили, что человеческое тело способно высвободить за данное время, скажем, за двадцать четыре часа, только определенное количество жизненной энергии, точно так же, как заводная пружина часов способна высвободить за данное время только определенное количество кинетической энергии.

Как в часах усилие пружины контролируется регулируемыми балансирами (якорем), так и в корпусе расход жизненной энергии должен регулироваться таким образом, чтобы она равномерно распределялась в течение всего времени работы. Это достигается тормозящей нервной системой [парасимпатией].

Каждый двигательный нерв должен быть уравновешен тормозящим нервом. Один обеспечивает движущую силу, другой - тормоз. Например, сердечная мышца получает двигательную силу через спинномозговые нервы из верхней части спины, в то время как легочно-желудочный [блуждающий] нерв замедляет работу сердца и, таким образом, действует как тормоз.

Другим тормозом являются отходы метаболизма в системе, мочевая кислота, углекислота, щавелевая кислота и т.д., А также многие формы ксантинов, алкалоидов и птомаинов. Поскольку они накапливаются в организме в часы бодрствования, они постепенно закупоривают капиллярное кровообращение, притупляют мозг и нервы и, таким образом, вызывают чувство изнеможения и усталости, а также тягу к отдыху и сну.

Таким образом, с помощью тормозящей нервной системы и накапливающихся в организме продуктов усталости Природа заставляет организм отдыхать и восстанавливать силы, когда доступный запас жизненной силы иссякает. Чем ниже уровень жизненной силы, тем сильнее будут тормозящие воздействия.

Теперь мы можем понять, почему возбуждение вызывается параличом. Стимуляторы выводят продукты переутомления из кровообращения в ткани организма. Они делают это, преодолевая и парализуя способность крови растворять и переносить в растворе мочевую кислоту и другие кислоты и алкалоиды, которые должны быть выведены из организма. Это будет объяснено более полно в томе "Естественная диетология".

Кроме того, стимуляторы временно притупляют и парализуют тормозную нервную систему. Другими словами, они снимают тормоза с двигательной нервной системы и позволяют движущим силам разгуляться, когда Природа хотела, чтобы они замедлились или остановились.

Для иллюстрации: мужчина весь день усердно работал. Ближе к ночи доступный запас жизненных сил иссякает, его организм наполняется мочевой кислотой, углекислотой и другими продуктами отупения, вызывающими усталость, и он чувствует усталость и сонливость. В этот момент он получает сообщение, что должен просидеть всю ночь с больным родственником. Чтобы подготовиться к чрезвычайным нагрузкам на его жизненные силы, наш друг выпивает чашку крепкого кофе, или глоток виски, или какой-нибудь другой его любимый стимулятор.

Эффект потрясающий. Чувство усталости исчезает, и он чувствует, что может бодрствовать всю ночь без каких-либо усилий.

Что привело к этому очевидному обновлению и увеличению жизненной энергии? Добавил ли стимулятор его организму хоть на йоту жизненных сил? Этого не может быть, потому что стимуляторы не содержат ничего, что могло бы придать организму жизненную силу. Что же тогда произвело кажущийся укрепляющим эффект?

Кофеин, алкоголь или любой другой стимулирующий яд, которым они могли быть, выводят продукты переутомления из крови и откладывают их в тканях и органах тела. Более того, стимулятор притупил тормозные нервы; другими словами, он снял тормоза с движущей части организма, так что колеса начали раскручиваться.

Но это означает использование резервных запасов нервных жиров и запасенной в них жизненной энергии, которые природа хочет сохранить для чрезвычайных нагрузок на организм во время болезни или экстремальных нагрузок. Следовательно, эта процедура противоречит замыслу Природы. Природа пыталась заставить уставшее тело отдыхать и засыпать, чтобы оно могло накопить новый запас жизненной силы.

Под парализующим воздействием стимулятора на тормозящие нервы организм теперь использует резервные запасы нервных жиров и жизненной энергии, чтобы набраться сил, необходимых для выполнения дополнительной ночной работы.

В то же время организм остается бодрым и активным в течение того времени, когда он должен восполнять энергию для работы на следующий день, а это значит, что последнюю также приходится выполнять за счет резервного запаса жизненной силы.

Только во время сна мы пополняем наши резервные запасы жизненных сил. Расходование жизненных энергий прекращается, но их высвобождение в организме продолжается.

Следовательно, сон - это "сладкий восстановитель". Ничто не может заменить его. Никакое количество еды и питья, никакие тонизирующие или стимулирующие средства не могут восполнить потерю сна. Продолжающееся полное лишение сна неизбежно через короткое время приведет к физическому и психическому истощению, безумию и смерти.

То, что тело во время сна действует как аккумулятор жизненной энергии, подтверждается тем фактом, что во время глубокого, крепкого сна аура полностью исчезает со всего тела.

Аура для организма - то же, что выхлопной пар для двигателя. Он образуется электромагнитными флюидами, которые выполнили свою работу в организме, а затем выходят из него, создавая видимость разноцветного ореола.

При первом пробуждении сознательной умственной деятельности после сна появляется аура, указывающая на возобновление расхода жизненной силы.

На приведенной выше диаграмме мы видим иллюстрацию истинного воздействия стимуляторов на организм. Жирная линия А-В представляет нормальный уровень доступной жизненной энергии в определенном организме в данный момент времени, скажем, в течение двадцати четырех часов. В точке С принимается стимулятор. Это парализует тормозные нервы и временно выводит продукты переутомления из крови.

Как мы видели, это приводит к повышенному, неестественному расходованию жизненной энергии, что поднимает последнюю до точки D. Но когда действие стимулятора исчерпано, жизненная энергия падает с искусственно достигнутой высшей точки не только обратно к нормальному уровню, но и ниже его, до точки E.

Повышенный расход жизненной энергии стал возможен за счет резервного запаса жизненных сил; следовательно, последующее за этим снижение пропорционально предшествующей стимуляции. Это соответствует закону: "Действие и противодействие равны, но противоположны".

Падение жизненной энергии ниже нормы до точки E сопровождается чувством истощения и депрессии, что порождает желание повторить приятное переживание обильного притока жизненных сил и, таким образом, приводит к повторению искусственной стимуляции. В результате этого расход жизненных сил снова повышается выше нормы до точки F, только для того, чтобы снова упасть ниже нормы, до G, и т.д.

Таким образом, человек, который прибегает к стимуляторам, чтобы поддержать свою силу или увеличить ее, никогда не бывает нормальным, никогда не находится на должном уровне,

никогда не проявляет себя наилучшим образом. Он либо перевозбужден, либо находится в ненормальной депрессии. Его усилия неизбежно будут прерывистыми, а качество работы неравномерным. Более того, это будет только вопросом времени, когда он исчерпает свой резерв нервных жиров и жизненной энергии, а затем потерпит нервное банкротство в форме нервной прострации, неврастении или безумия.

Такой человек ведет себя как расточитель, чей банковский капитал позволяет ему тратить десять долларов в день, но который вместо этого получает в несколько раз больше своих законных ежедневных процентов. У этого может быть только один исход: в свое время кассир сообщит ему, что его счет переполнен.

Те же принципы справедливы и в отношении стимуляторов, назначаемых у постели больного.

Один из аргументов, который я постоянно слышу от студентов и врачей "Старой школы" медицины, звучит так: "Некоторые из ваших методов, возможно, и хороши, но что бы вы стали делать у постели больного, который настолько слаб и подавлен, что может умереть в любой момент? Ты бы просто позволил ему умереть? Ты бы не дал ему чего-нибудь, чтобы сохранить жизнь?"

Я, конечно, сделал бы это, если бы мог. Но я не верю, что яды могут давать жизнь. Если в этом умирающем теле достаточно жизненных сил, чтобы отреагировать на ядовитый стимулятор временным усилением жизненной активности, то это же количество жизненных сил будет поддерживать сердцебиение и дыхание немного дольше в более медленном темпе. Природа регулирует сердцебиение и другие функции в соответствии с количеством и доступностью жизненной силы. Если сердце бьется медленно, это потому, что Природа пытается сберечь жизненные силы.

В неизбежной депрессии, следующей за искусственным разжиганием жизненной энергии, пламя часто полностью гаснет, хотя в противном случае оно могло бы продолжать гореть с меньшей скоростью еще некоторое время.

Однако я не отрицаю целесообразности введения стимуляторов в случаях шока. Когда шок привел к остановке колес жизни, другой шок, вызванный стимулятором, может снова привести их в движение.

Воздействие стимуляторов на разум

Умственное и эмоциональное возбуждение, сопровождающее употребление алкоголя или других ядовитых стимуляторов, вызывается аналогично очевидному увеличению физической силы под воздействием этих веществ. Здесь также временная стимуляция и кажущееся увеличение силы вызваны параличом управляющих и сдерживающих способностей ума и души: рассудительности, скромности, сдержанности, осторожности, благоговения и т.д.

Моральные, умственные и эмоциональные способности человека регулируются тем же принципом двойного действия, который контролирует физическую активность. С одной стороны, у нас есть двигательные или побуждающие импульсы, а с другой - сдерживающие и тормозящие влияния.

В этих высших сферах аппетит, страсть, воображение и вожделение соответствуют двигательной нервной системе физического организма, а сила воли и способности рассуждать представляют тормозящую нервную систему.

Бодрящее и стимулирующее воздействие алкоголя и наркотиков, таких как опиаты или гашиш, на животный дух и эмоциональные способности и воображение вызвано ошеломляющим и парализующим действием этих стимуляторов на силу воли, разум и самоконтроль, тормозящих низшие аппетиты, страсти и желания, которые разжигают эмоциональную природу и воображение. Однако то, что приобретается в чувствах и воображении, теряется в суждениях и логике.

Алкоголь, никотин, кофеин, теобромин, лупулин (горькое вещество хмеля), опиум, кокаин, морфин и т.д. При приеме в определенных дозах Воздействуют на организм человека сходным образом.

В небольших количествах они, по-видимому, стимулируют и оживляют; в больших количествах они угнетают и одурманивают. На самом деле, они с самого начала являются парализаторами в каждом конкретном случае, и их кажущийся временный тонизирующий эффект обманчив. Они притупляют и парализуют не только физический организм, но и высшие умственные и нравственные качества, способности и способности.

Эти высшие и более тонкие качества расположены в передней части мозга. В процессе эволюции вида от низшего к высшему мозг постепенно развивался и увеличивался в прямом направлении. Таким образом, у низших видов рыб мы обнаруживаем, что все, чем они обладают из мозгового вещества, - это небольшой выступ на конце спинного мозга. По мере того как виды и семейства поднимались по шкале эволюции, мозг развивался пропорционально сзади вперед и стал дифференцироваться на три отдельных отдела: продолговатый мозг, мозжечок и головной мозг.

Продолговатый мозг, расположенный у основания головного мозга, где он соединяется со спинным мозгом, содержит те мозговые центры, которые контролируют чисто вегетативные, жизненно важные функции: циркуляцию крови, дыхание, регуляцию тепла у животных и т.д.

Мозжечок, расположенный перед продолговатым мозгом и над ним, является местом расположения центров координации мышечной деятельности и поддержания равновесия тела.

Лобное полушарие головного мозга содержит центры органов чувств, а также двигательные центры, которые обеспечивают движущие импульсы для мышечной деятельности тела, а в затылочной и лобной долях - центры высших качеств ума и души, которые составляют управляющие и сдерживающие способности, от которых зависит способность к самоконтролю.

Таким образом, мы видим, что развитие мозга шло в прямом направлении, от верхней оконечности спинного мозга к лобным долям головного мозга, от низких вегетативных качеств животного и дикаря к сложной и утонченной деятельности высокоцивилизованного и тренированного ума.

Интересным и наиболее значительным фактом является то, что паралич мозговых центров, вызванный алкоголем и другими стимуляторами, или гипнотическими средствами и наркотиками, протекает в порядке, обратном порядку их развития в процессе эволюции.

Первыми погибают мозговые центры в лобных долях головного мозга, которые контролируют новейшие и наиболее совершенные человеческие качества. Это: скромность, осторожность, сдержанность, благоговение, альтруизм. Затем следуйте в указанном порядке: память, разум, логика, сообразительность, сила воли, самоконтроль, контроль мышечной координации и равновесия и, наконец, сознание и жизненно важные функции сердца и дыхания.

Когда сознательная деятельность души погружена в сон, паралич распространяется на подсознательную деятельность жизни или жизненной силы. Дыхание и сердечная деятельность становятся слабыми и затрудненными и в конце концов могут полностью прекратиться.

Чтобы убедиться в этом, давайте изучим действие алкоголя, самого известного и наиболее часто используемого из стимуляторов. Многие люди верят, что алкоголь увеличивает не только физическую силу, но и умственную энергию. Обычная медицинская наука считает его ценным тонизирующим средством во всех случаях физической и умственной депрессии. Его часто применяют при хирургических операциях и несчастных случаях с целью продления жизни. Я часто находил бутылку виски или бренди у постели младенцев, а на ней указания лечащего врача.

Понаблюдайте за действием этого тоника на компанию веселых людей на банкете. Искусству шеф-повара воздается должное, и вино льется рекой. Поток бодрости духа увеличивается пропорционально; веселость, остроумие и юмор растут не по дням, а по часам. Но кажущаяся радость и счастье на самом деле являются не чем иным, как игрой низших животных импульсов, не сдерживаемых высшими силами ума и души.

Слова человека, выступающего после ужина, который в трезвом состоянии является степенным и серьезным джентльменом, льются с необычной легкостью. Внимательный и непредвзятый наблюдатель замечает, однако, что то, что оратор приобрел в красноречии, болтливости и изобилии стиля и экспрессии, он потерял в логике, ясности и здравом смысле.

По мере того, как король Алкоголя усиливает свою власть над веселой компанией, тостеры и ораторы все больше и больше теряют контроль над речью и действиями. То, что поначалу было озорной развязностью и веселой шуткой, постепенно вырождается в болтливость, грубость и сварливые потасовки. То тут, то там кто-нибудь из сентиментальной толпы впадает в оцепенение опьянения.

Если спиртное достаточно крепкое и дебош продолжается достаточно долго, это может закончиться полным параличом жизненно важных функций или смертью.

Гипноз и одержимость

И снова мы находим кажущийся парадокс стимуляции посредством паралича примером феноменов гипноза и одержимости. Ненормально преувеличенные ощущения и воображение субъекта, находящегося под гипнотическим контролем, становятся возможными благодаря тому, что высшие, критические и сдерживающие способности и сила воли, разума и самоконтроля временно или постоянно притупляются и парализуются более сильной волей гипнотизера или одержимого интеллекта.

Существует чрезвычайно интересное сходство между действием стимуляторов, наркотиков или гипнотического контроля и слепой, неразумной верой. Последнее также притупляет и

парализует суждения и рассудок. Оно дает полную волю воображению и, таким образом, может привести к кажущимся чудесными результатам.

Это объясняет метод лечения верой, а также неустойчивую силу опьяненных и безумных, или прекрасные мечты и манию величия наркомана.

Близкое сходство и взаимосвязь между гипнотическим контролем и верой стали для меня ярко очевидны, когда я стал свидетелем выступления профессионального гипнотизера. Его объектом на сцене была молодая женщина, которая под его контролем совершала необычайные подвиги силы и сопротивления. Несколько сильных мужчин никак не могли поднять или сдвинуть ее с места.

В чем причина? В обычном состоянии бодрствования ее рассудок и здравый смысл сказали бы ей: "Я не могу противостоять объединенной силе этих мужчин. Конечно, они могут поднять меня и таскать туда-сюда". В результате такого состояния сомнения у нее не хватило бы сил сопротивляться.

Однако контроль гипнотизера парализовал ее способность рассуждать, а следовательно, и способность судить, сомневаться и неверовать. Ее подсознание без вопросов и тени сомнения приняло внушение гипнотизера о том, что она действительно обладает силой противостоять объединенным усилиям мужчин, и в результате она действительно проявила необходимую силу сопротивления.

Это установленный факт, что впечатления (записи), производимые на подсознание при определенных условиях, как, например, при гипнотическом воздействии, абсолютно контролируют деятельность физического тела.

Разве это не проливает интересный свет на силу абсолютной веры, на изречение: "Все возможно тому, кто верит"? Слепая, неразумная вера притупляет и парализует суждения и рассудок аналогично гипнотическому контролю или стимуляторам и таким образом дает свободу и полную власть силам воображения и самовнушения для добра или зла, для белой или черной магии, в зависимости от цели, ради которой применяется вера.

Также становится очевидным, что такая слепая, неразумная вера не может быть конструктивной в своем влиянии на высшие умственные, моральные и духовные способности. Они могут быть развиты только сознательным и добровольным применением воли, разума и самоконтроля.

Из вышесказанного становится очевидным, что мы не можем увеличить жизненную силу в организме никакими искусственными средствами или методами извне, с помощью пищи, питья или стимуляторов. Однако что мы можем и должны сделать, так это привести организм в наилучшие возможные условия для высвобождения и проявления жизненной силы или витальной энергии.

Чем более нормальным будет химический состав крови и чем более свободными будут ткани от засоряющих примесей, ядов и механических препятствий, таких как повреждения позвоночного столба, тем более обильным будет высвобождение и доступный запас жизненной энергии.

Следовательно, совершенное, крепкое здоровье, обеспечивающее максимально возможную эффективность и наслаждение жизнью, может быть достигнуто и поддерживаться только

строгим соблюдением естественного образа жизни и, при необходимости, естественным лечением болезней.

Глава XXV

Натуральная диетология

Химический состав крови и лимфы зависит от химического состава пищи и питья, а также от нормального или ненормального состояния органов пищеварения.

Чем чище пища и питье, чем меньше в них болезнетворных веществ и веществ, продуцирующих яды, и чем больше в них элементов, необходимых для надлежащего выполнения разнообразных функций организма, для построения и восстановления тканей, а также для нейтрализации и выведения отходов жизнедеятельности и системных ядов, тем более "нормальной" и "естественной" будет диета.

Система диетологии школы Nature Cure основана на составе МОЛОКА, которое является единственным в мире идеальным сочетанием натуральных продуктов.

По своему составу молоко очень близко соответствует красной артериальной крови и содержит все элементы, необходимые новорожденному и растущему организму, в точно правильных пропорциях, при условии, конечно, что организм человека или животного, вырабатывающего молоко, находится в добром здравии и питается чистой и нормальной пищей.

Следовательно, если какая-либо пищевая комбинация или диета должна быть "нормальной" или "естественной", она должна приближаться по своему химическому составу к химическому составу молока или красной артериальной крови. Это обеспечивает строго научную основу для точной науки диетологии и оказывается верным не только в химическом аспекте проблемы питания, но и во всех других аспектах и в ее практическом применении.

"Обычная" медицинская школа уделяет мало внимания рациональному регулированию питания или вообще не уделяет его. На самом деле, она ничего об этом не знает, потому что "естественная диетология" еще не преподается в медицинских школах. В результате этого состояния диетические рекомендации, которые дает большинство практиков Старой школы, сводятся примерно к следующему: "Ешьте то, что вам нравится: побольше хорошей, питательной пищи. В диетических причудах нет ничего особенного. То, что является мясом для одного человека, для другого является ядом и т.д."

Однако, если мы изучим диетологию со строго научной точки зрения, мы обнаружим, что определенные продукты питания — среди них особенно высоко ценимые мясные продукты, яйца, бобовые и злаки — создают в организме большое количество вредных, ядовитых веществ, в то время как, с другой стороны, фрукты и овощи, богатые органическими солями, имеют тенденцию нейтрализовывать и выводить из организма отходы и яды, образующиеся в процессах переваривания белков и крахмала.

Скопления отходов жизнедеятельности и системных ядов являются причиной большинства заболеваний, возникающих в организме человека. Поэтому крайне важно, чтобы нейтрализующие и выводящие из организма пищевые элементы поступали в достаточных количествах.

На этом держится вся проблема натуральной диетологии. В то время как "Старая школа" медицины рассматривает крахмалы, сахара, жиры и белки как единственные элементы питания, заслуживающие внимания, Nature Cure стремится уменьшить количество этих продуктов в натуральном рационе и усилить очистку и исключение фруктов и овощей.

В этом томе мы не можем вдаваться в подробности вопроса о диете. Они будут полностью рассмотрены в нашей "Вегетарианской кулинарной книге" и в нашем томе о "Естественной диетологии".~ Здесь мы скажем в общих чертах, что при лечении хронических заболеваний, за немногими исключениями, мы предпочитаем строгую вегетарианскую диету по той причине, что большинство хронических заболеваний вызывается, как указывалось ранее, накоплением "фекалий клеток" в организме.

Каждый кусок мяса животного насыщен этими экскрементами клеток в форме мочевой кислоты и многих других видов кислот, гнилостных алкалоидов, ксантинов, птомаинов и т.д. Организм мясоеда должен избавляться не только от собственных загрязнений, образующихся в процессах пищеварения и клеточного метаболизма, но и от вредных веществ, которые уже содержатся в мясе животного.

Поскольку лечение хронических заболеваний заключается в основном в очищении организма от болезнетворных веществ, само собой разумеется, что "хронический" должен прекратить употреблять их в своей повседневной пище и питье. Поступить иначе - все равно что вынести грязь из дома через парадную дверь и снова внести ее через черный ход.

Независимо от того, одобряете вы строгое вегетарианство как постоянный образ жизни или нет, следует признать, что переход с мясной диеты на немясную должен принести большую пользу при лечении хронических заболеваний.

Излечение хронических заболеваний зависит от радикальных изменений в клетках и тканях организма, как объясняется в главе Двадцатой. Старая, ненормальная, ущербная диета будет продолжать создавать те же самые ненормальные и пораженные болезнями ткани. Чем тщательнее и радикальнее изменение рациона питания в сторону нормальности и чистоты, тем быстрее клетки и ткани организма изменятся в сторону нормальности и, таким образом, приведут к полной регенерации организма.

Все, что не соответствует этому, может быть паллиативным методом лечения, но не заслуживает названия излечения.

Натуральные Продукты

Далее я в общих чертах опишу естественный режим питания, который, как было установлено опытом, отвечает всем требованиям здорового организма, даже когда людям приходится очень много работать физически или умственно. В случае заболевания, возможно, придется внести определенные изменения в соответствии с индивидуальными условиями. Лицам, находящимся в подавленном, негативном состоянии, будь то физическом, умственном или психопатологическом, может временно потребоваться добавление мясной пищи в свой рацион.

Диетология В двух словах

Классы питания

Преобладающий

Химический

Элементы

Функции в жизненно важных процессах

Продукты питания , в которых Преобладают элементы Соответствующих групп

ГРУППА I

Углеводы

Крахмалы и декстрины

Углерод

Кислород

Водород

Производители тепловой энергии

ЗЛАКИ: Внутренние, белые части пшеницы, кукурузы, ржи, овса, ячменя, гречихи и риса.

ОВОЩИ: картофель, тыква, кабачки. ФРУКТЫ: Бананы. ОРЕХИ: Каштаны

ГРУППА II

Углеводы

Сахар

Углерод

Кислород

Водород

Производители

Жара и

Энергия

ОВОЩИ: дыни, свекла, сорго. ФРУКТЫ: Бананы, финики, инжир, виноград, изюм. МОЛОЧНЫЕ

ПРОДУКТЫ: Молоко. НАТУРАЛЬНЫЕ САХАРА: Мед, кленовый сахар. КОММЕРЧЕСКИЕ САХАРА:

Белый сахар, сироп, глюкоза, карамель. ОРЕХИ: кокосовые орехи.

ГРУППА III

Углеводороды

Жиры и

Масла

Углерод

Кислород

Водород

Производители

Жара и

Энергия

ФРУКТЫ: Оливки. МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ: сливки, масло, сыр. ОРЕХИ: арахис, миндаль, грецкие орехи, кокосовые орехи, бразильские орехи, пекан, пиньолия и т.д. КОММЕРЧЕСКИЕ ЖИРЫ: оливковое масло, арахисовое масло, арахисовое масло, растительные масла для приготовления пищи. ЯРМО Из ЯИЦ

ГРУППА IV

Протеиды

Белок

(яичный белок)

Глютен

(зерна)

Миозин

(нежирное мясо)

Углерод

Кислород

Водород

Азот

Фосфор

Сера

Производители тепловой энергии;

Строительные материалы для клеток и тканей

ЗЛАКИ: Внешние, темные части пшеницы, кукурузы, ржи, овса, ячменя, гречихи и риса.

ОВОЩИ: Бобовые (горох, фасоль, чечевица), грибы. ОРЕХИ: Кокосовые орехи, каштаны, арахис, пиньолии (кедровые орехи), гикори, фундук, грецкие орехи, пекан и др. МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ: молоко, сыр. МЯСО: Мышечные части животных, рыбы и птицы.

ГРУППА V

Органические минералы

Органический

Минерал

Элементы

Натрий

Na

Железо

Fe

Кальций (известь)

Ca

Калий

K

Магний

Mg

Марганец

Mn

Кремний

Si

Хлор

Cl

Расцвет

Эт

Устранители:

Кости, Кровь и Нервы

Строители;

Антисептики:

Очистители крови;

Слабительные;

Желчегонные средства;

Производители

Электромагнитные энергии

КРАСНАЯ КРОВЬ ЖИВОТНЫХ. ЗЛАКИ: оболочка и внешние темные слои зерен и риса. **ОВОЩИ:** Салат-латук, шпинат, белокочанная капуста, зеленый перец, кресс-салат, сельдерей, лук, спаржа, цветная капуста, помидоры, фасоль, свежий горошек, петрушка, огурцы, редис, савойя, хрен, одуванчик, свекла, морковь, репа, баклажаны, кольраби, вешенки, артишоки, лук-порей, розекале (брюссельская капуста), пастернак, тыква, кабачки, сорго. **ФРУКТЫ:** Яблоки, груши, персики, апельсины, лимоны, грейпфруты, сливы, чернослив, абрикосы, вишня, оливки. **ЯГОДЫ:** Клубника, ежевика, черника, клюква, ежевика, черника, малина, крыжовник, смородина. **МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ:** молоко, пахта, обезжиренное молоко. **ОРЕХИ:** кокосовые орехи.

В прилагаемой таблице, озаглавленной "Диетология в двух словах", мы разделили все пищевые материалы на пять групп:

ГРУППА:

(Углеводы): крахмалы. (Углеводы): декстрины и сахара. (Углеводороды): жиры и масла. (Протеиды): яичный белок, нежирное мясо, клейковина зерновых и бобовых, белки орехов и молока. (Органические минералы): железо, натрий, кальций, калий, магний, кремний. В наибольшем количестве они содержатся в сочных фруктах и листовых сочных овощах.

Как правило, половина вашего рациона должна состоять из продуктов группы V, а другая половина - из смеси первых четырех групп.

Если вы хотите придерживаться чисто пищевой диеты, исключите мясо, рыбу, птицу, мясные супы и соусы, а также все другие продукты, приготовленные из туши мертвого животного.

Это краткое и исчерпывающее руководство. Если вы сомневаетесь, ознакомьтесь с этим правилом.

Также не употребляйте кофе, чай, алкогольные напитки, табак или стимуляторы любого рода.

Хорошие продукты - это:

Молочные продукты: молоко, пахта, обезжиренное молоко, сливки, сливочное масло, свежий творог. ферментированные сыры, такие как американский, швейцарский, голландский и Дебри, следует использовать умеренно. Более крепкие сыры, такие как Камамбер и Рокфор, вообще не следует употреблять

Яйца: Сырые, сваренные всмятку или пашот, не жареные и не сваренные вкрутую. Яиц следует употреблять умеренно. Достаточно двух яиц три раза в неделю или в среднем одного яйца в день.

Яичный белок переваривается гораздо легче, чем желток, поэтому белки следует использовать только в случаях очень слабого переваривания. Взбитые с апельсиновым соком, они вкусны и

полезны; или их можно взбить очень крепко и подавать холодными с соусом из черносливого сока или других приготовленных фруктовых соков. Получается вкусное и очень питательное блюдо.

Мед - очень ценный продукт питания и природное слабительное. Не всем известно, что мед не является чисто растительным продуктом, но что, проходя через организм пчелы, он принимает участие в ее жизненном элементе (животном магнетизме).

Мед - одна из лучших доступных форм сахара. Белый сахар вреден для здоровья, поскольку в процессе рафинирования он становится неорганическим. Вместо него следует использовать коричневый нерафинированный сахарный песок или кленовый сахар.

Инжир, финики, изюм, бананы и все другие сладкие фрукты превосходно утоляют тягу организма к сладкому.

Зерновые продукты: рис, пшеница, овес, ячмень хороши в правильном сочетании с фруктами, овощами и молочными продуктами. Предпочтительно использовать цельнозерновые продукты, такие как измельченные пшеничные или кукурузные хлопья. Овсянка нелегко усваивается; она подходит для здоровых людей, работающих на открытом воздухе, но не так полезна для инвалидов и людей, ведущих сидячий образ жизни.

Жидкие каши не рекомендуются, поскольку они не требуют пережевывания и, следовательно, не подвергаются воздействию слюны, которая необходима для переваривания крахмалистых продуктов.

Избегайте употребления белого хлеба или любых других изделий из белой муки, особенно кондитерских изделий. Белая мука содержит лишь крахмалистые элементы зерна. Большая часть ценных белков, не уступающих мясу по пищевой ценности, и важнейшие органические соли, которые содержатся в оболочке и внешних слоях зерна, были извлечены из него вместе с отрубями. Последнее само по себе очень ценно как механический стимулятор перистальтики кишечника.

Отдавайте предпочтение белому хлебу, ешьте хлеб Грэм или цельнозерновой ржаной хлеб. Наш полезный хлеб составляет прочную основу хорошо сбалансированного вегетарианского рациона. Его готовят следующим образом:

Возьмите по трети белой муки, пшеничной муки Грэм и ржаной муки (не обычной богемской ржаной муки, а пумперникелевой муки грубого помола, которая содержит всю рожь, включая шелуху).

Сделайте опару из белой муки обычным способом, либо с добавлением хороших дрожжей, либо из дрожжевого теста от последней выпечки, которое оставалось холодным и сладким. Когда бисквит достаточно поднимется, всыпьте в него пшеничную муку и ржаную муку. Важно тщательно вымесить тесто. Дайте еще раз медленно подняться, переложите в форму и медленно выпекайте до полной готовности.

Химическим анализом было установлено, что этот хлеб содержит больше питательных веществ, чем мясо. Он очень легко переваривается и усваивается, а также является естественным слабительным средством. Употребляемый со сливочным маслом и в сочетании с фруктами и овощами, он представляет собой полноценное и хорошо сбалансированное блюдо.

Хорошей заменой хлебу является следующий превосходный способ приготовления из цельной пшеницы: Замочите чистую мягкую пшеницу в холодной воде примерно на семь часов и готовьте на пару в пароварке от восьми до двенадцати часов или готовьте в мультиварке без огня в течение ночи. Ешьте с медом и молоком или сливками, или с соком чернослива, инжира и т.д., или добавьте сливочное масло и финики или изюм. Это блюдо более питательное, чем мясо, и одно из лучших в мире слабительных.

Орехи чрезвычайно богаты жирами (60%) и белками (15%), но содержат мало минеральных солей. Поэтому их следует употреблять умеренно и всегда в сочетании с фруктами, ягодами или овощами. Кокос отличается от других орехов тем, что в нем содержится меньше жиров и белков и больше органических солей. Мякоть кокоса вместе с содержащимся из него молоком по химическому составу ближе к человеческому молоку, чем любой другой существующий продукт питания.

Овощи

Бобовые овощи, такие как горох, фасоль и чечевица, в созревшем состоянии богаче белком, чем мясо (на 25 процентов), и, кроме того, содержат большой процент крахмалистых элементов пищи (60 процентов); поэтому в процессе переваривания они выделяют большое количество ядовитых кислот, гнилостных алкалоидов и вредных газов.

Их не следует употреблять в больших количествах и только в сочетании с вареными или сырыми овощами. В качестве заправки используйте лимонный сок и оливковое масло.

Горох и фасоль в зеленом состоянии очень сильно отличаются по своему химическому составу от спелых. Пока эти овощи зеленые и в мякоти, они содержат большое количество сахаров и органических минералов, но с небольшим количеством крахмала и белка. По мере продвижения процесса созревания процентное содержание крахмалов и белков увеличивается, в то время как содержание сахаров и органических минералов уменьшается. Последние удаляются в листья и стебли (поляризация).

Следовательно, в зеленом, мясистом состоянии эти продукты могут быть отнесены к группе II (сахара) и группе V (органические минералы), в то время как в созревшем состоянии они должны быть отнесены к группам I (крахмалы) и группам IV (протеиды).

Сушеный горох, фасоль и чечевица получают более вкусными и полезными в сочетании с помидорами или черносливом.

Листовые и сочные овощи, растущие в земле или вблизи нее, очень богаты полезными органическими солями и, следовательно, имеют большую питательную и лекарственную ценность. По этой причине они лучше всего подходят для сбалансирования отрицательных кислотообразующих крахмалов, сахаров, жиров и белков.

Салат-латук, шпинат, белокочанная капуста, кресс-салат, сельдерей, петрушка, савойская капуста, брюссельская капуста, шотландская капуста, лук-порей и эндивий содержат наибольшее количество органических минеральных солей. Далее следуют помидоры, огурцы, зеленый перец, редис, лук, спаржа, цветная капуста и хрен. (Смотрите также группу V в разделе "Диетология в двух словах".)

Великолепными, охлаждающими летними продуктами, богатыми органическими солями, очищающими кровь, являются арбузы, мускусные дыни. дыни, тыквы, кабачки и другие представители семейства дынных.

Зеленые овощи наиболее полезны, когда их едят сырыми с заправкой из лимонного сока и оливкового масла. По возможности избегайте использования уксуса. Это продукт ферментации и мощный консервант, который замедляет как переваривание, так и брожение, причем оба процесса носят практически одинаковый характер.

За столом не используйте ни перец, ни соль. При приготовлении пищи их следует использовать в умеренных количествах. Острые специи и приправы в большей или меньшей степени раздражают слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта. Они постепенно парализуют вкусовые нервы. Сначала они стимулируют органы пищеварения, но, как и все другие стимуляторы, со временем вызывают слабость и атрофию.

Приготовление овощей

Хотя приготовление большинства овощей не улучшает их качества, мы не имеем в виду, что их никогда не следует готовить. Многие сторонники реформирования рациона впадают в крайности, утверждая, что все органические соли во фруктах и овощах превращаются в неорганические при приготовлении пищи. Это преувеличение. Приготовление пищи - это просто механический процесс разделения, а не химический процесс трансформации. Механические процессы разделения не растворяют и не разрушают органические молекулы в какой-либо значительной степени.

Тем не менее, остается верным тот факт, что зеленые листовые овощи не улучшаются при приготовлении. Иначе обстоит дело с крахмалистыми клубнями и корнеплодами, такими как картофель, репа и т.д., а также с другими крахмалистыми продуктами, такими как рис и злаки. Здесь приготовление служит для дробления и отделения твердых гранул крахмала и для того, чтобы сделать их более проницаемыми для пищеварительных соков.

Как приготовить овощи

После того, как овощи будут тщательно вымыты и нарезаны кусочками по желанию, положите их в посуду для запекания, добавив воды ровно столько, чтобы они не пригорели, плотно закройте посуду крышкой и дайте им медленно распариться в собственном соку.

Листовые овощи (капуста, шпинат, кале и т.д.) обычно содержат достаточно воды для самостоятельного приготовления на пару.

Готовьте все овощи столько времени, сколько потребуется, чтобы они стали достаточно мягкими для легкого пережевывания. Не выбрасывайте ни капли воды, в которой варились такие овощи, как морковь, свекла, спаржа, вешенки, баклажаны и т.д. Используйте то, что осталось, для приготовления супов и соусов.

Органические минеральные соли, содержащиеся в овощах, легко растворяются в воде при выкипании. Если овощи, как это обычно делается, отварить в большом количестве воды, затем процедить или, что еще хуже, отжать, они теряют свою питательную и лечебную ценность. Минеральные соли растворились в раковине, остатки стали безвкусными и

неперевариваемыми, их нужно замочить в бульоне и приправить сильными приправами и пряностями, чтобы они были хоть сколько-нибудь вкусными.

Фрукты и ягоды

Наряду с листовыми овощами фрукты и ягоды являются наиболее ценными продуктами из группы органических минералов. Лимоны, грейпфруты, апельсины, яблоки особенно полезны как очистители крови. Сливы, груши, персики, абрикосы, вишня, виноград и т.д. Содержат большое количество фруктовых сахаров в легкоусвояемой форме, а также очень ценны благодаря содержащимся в них минеральным солям.

Различные виды ягод даже богаче минеральными солями, чем кислые и слабокислые фрукты. В загородных домах Германии они всегда под рукой в сушеном или консервированном виде, чтобы зимой служить не только вкусным блюдом, но и ценным домашним средством.

Фрукты и ягоды лучше всего употреблять в сыром виде, хотя их можно тушить или запекать. Мало кто знает, что ревень и клюква очень вкусны, если их мелко нарезать и хорошо перемешать с медом, а перед подачей дать настояться около часа. Приготовленные таким образом, они требуют гораздо меньшего подслащивания и, следовательно, не нагружают организм почти так сильно, как обычный ревеневый или клюквенный соус, который обычно содержит чрезмерное количество сахара.

Приготовление фруктов

Яблоки, клюкву, ревень, клубнику и все другие кислые фрукты лучше варить без сахара до мягкости, а сахар добавлять только после. Для их достаточного подслащивания потребуется гораздо меньше сахара, чем при добавлении сахара до или во время приготовления.

По ценности сухофрукты уступают свежим, поскольку в процессе выпаривания удаляется только большой процент воды, никоим образом не изменяя химический состав фруктов. Чернослив, абрикосы, яблоки, груши, персики и ягоды можно получать в сушеном виде круглый год. Финики, инжир, изюм и смородина также попадают под эту категорию.

Оливки - отличный продукт питания. Они очень богаты жирами (около 50 процентов), а также содержат значительное количество органических солей. Поэтому они являются хорошей заменой животному жиру.

Избегайте консервированных на заводе фруктов. Во-первых, они портятся в процессе приготовления, а во-вторых, обычно содержат ядовитые химические консерванты. Фрукты и овощи домашнего приготовления хороши при условии, что они не содержат слишком много сахара и ядовитых консервантов.

Бананы отличаются от сочных фруктов тем, что они почти полностью состоят из крахмалов, декстринов и сахаров. Они относятся к группе углеводов и должны умеренно употребляться людьми, страдающими несварением кишечника.

Однако мы не разделяем распространенного среди многих людей мнения о том, что бананы вредны при любых обстоятельствах. Мы считаем их отличным блюдом, особенно для детей.

Смешивание фруктов и овощей

Многие люди, впервые садясь за наш стол, приходят в ужас, увидев, как мы смешиваем фрукты и овощи в одном блюде. Их учили, что это является серьезным грехом против законов здоровья. Преодолев свои предубеждения и с удовольствием отведав блюда, которые мы им подаем, они с большим удивлением обнаруживают, что эти сочетания овощей и сочных фруктов не только безвредны, но и приятны на вкус и очень полезны.

Нам так и не удалось найти ни одной веской причины, по которой эти продукты не следует смешивать, и наш опыт доказывает, что при такой практике нельзя проследить никаких вредных последствий, за исключением очень редких случаев. Есть несколько человек, которым, похоже, не нравится смешивание фруктов и овощей. Им, конечно, следует воздержаться от этого. Мы должны приспосабливаться к особенностям характера до тех пор, пока они не будут преодолены естественным образом жизни.

Употребление только фруктов или овощей в один и тот же прием пищи в значительной степени ограничивает выбор и сочетание продуктов и имеет тенденцию создавать монотонность, что не только неприятно, но и вредно. Выделение слюны и пищеварительных соков значительно усиливается при приятном виде, запахе и вкусе аппетитной пищи, и это в значительной степени зависит от ее разнообразия.

За очень немногими исключениями, каждый из наших пациентов (а в нашем учреждении самая прекрасная коллекция диспептиков, какую только можно найти где угодно) от души наслаждается нашим смешанным питанием и получает от него огромную пользу.

Смешивание Крахмалов и Кислых фруктов

Иногда мы обнаруживаем, что тот или иной из наших пациентов не может есть крахмалистую пищу и кислые фрукты за одним приемом пищи, не испытывая нарушений пищеварения. В таких случаях лучше всего употреблять с хлебом или хлопьями только сладкие, содержащие щелочь фрукты, такие как чернослив, инжир, финики, изюм, или, в зависимости от сезона, арбузы и дыни, или щелочные овощи, такие как редис, салат-латук, лук, капустный салат и т.д. Кислые и слабокислые фрукты следует употреблять между приемами пищи, состоящими в основном из крахмалистых продуктов.

Пару слов о молочной диете

Когда мы объясняем, что естественная диета основана на химическом составе молока, потому что молоко - единственное из существующих натуральных пищевых продуктов, возникает вопрос: "Почему же тогда не питаться исключительно молоком?" На это мы отвечаем: хотя молоко является естественной пищей для новорожденного и растущего младенца, оно не является естественным для взрослого человека. Пищеварительный аппарат младенца особенно приспособлен к перевариванию молока, в то время как взрослому человеку требуется более твердая и объемистая пища.

Молоко является очень полезным продуктом питания при всех кислых заболеваниях, поскольку содержит сравнительно низкий процент углеводов и белков и большое количество органических солей.

Однако не всем можно употреблять молоко в пищу или в качестве лекарства. Во многих случаях оно вызывает желтушность, брожение и запоры.

В тех случаях, когда он легко усваивается, диета на чистом молоке часто оказывается очень полезной. Однако, как правило, фруктовые или овощные салаты лучше запивать молоком.

Непосредственно с молоком можно употреблять любые сладкие, щелочные фрукты, такие как дыни, сладкие груши и т.д., или сухофрукты, такие как чернослив, финики, инжир и изюм, а также овощные салаты. При употреблении последнего вместе с молоком следует использовать немного лимонного сока или вообще не использовать его.

Все кислые и слабокислые фрукты следует употреблять между молочными приемами пищи.

Пациент, сидящий на молочной диете, может выпивать от одного до пяти литров молока в день, в зависимости от его способности его переваривать. Это количество может быть распределено в течение дня по следующему плану:

Завтрак: От одной до трех пинт молока, медленно запиваемого любыми сладкими, щелочными фруктами, упомянутыми выше, или овощными салатами, состоящими из листьев салата, сельдерея, капустного салата, кресс-салата, зеленого лука, редиса, моркови и т.д.

10:00: Грейпфруты, апельсины, персики, яблоки, абрикосы, ягоды, виноград или другие кислые и слабокислые фрукты.

Обед: то же, что и завтрак.

15:00, то же, что и в 10 утра

Ужин: то же, что и завтрак. Перед сном можно съесть апельсин или яблоко.

Когда желательно употреблять более разнообразную пищу вместе с большим количеством молока, в рацион можно добавить хороший цельнозерновой хлеб с маслом, сливки, мед, вареные овощи, умеренное количество картофеля и круп.

Пахта

Пахта - отличная пища для тех, кто с ней согласен. Во многих случаях диета на простой пахте в течение определенного периода оказывается очень полезной. Это особенно верно при всех формах мочекислых заболеваний.

Кислое молоко или кляббер также обладают превосходными лечебными свойствами и могут свободно употребляться теми, кто с этим согласен.

Напитки

Ранее уже говорилось, что следует избегать употребления кофе, чая и алкогольных напитков.

Вместо привычных кофе, чая или какао из различных фруктовых и овощных соков можно приготовить вкусные напитки, питательные и в то же время не стимулирующие организм. Их можно подавать холодными в жаркую погоду и теплыми зимой. Рецепты фруктовых и овощных напитков будут включены в нашу новую вегетарианскую кулинарную книгу, которая сейчас готовится.

Если желаете более сытные напитки, можно добавить яичный белок или использовать яйцо целиком в сочетании с соком чернослива, инжира или любым другим кислым фруктовым соком.

Другими желательными и не вызывающими возражений дополнениями к напиткам являются ореховые хлопья или размятые до жидкого состояния бананы.

Сок лимона или апельсина, несладкий, разбавленный вдвое большим количеством воды, принимаемый после подъема, является одним из лучших средств для очищения крови и других жидкостей организма и, между прочим, улучшения цвета лица. Воду, в которой варился чернослив или инжир, следует употреблять в обильном количестве, чтобы избавиться от запоров.

В качестве практической иллюстрации я кратко опишу ежедневный режим питания, которому мы следуем в нашем санатории.

Завтрак состоит из сочных фруктов, сырых, запеченных или тушеных, хлопьев (цельнозерновых, приготовленных на пару, пшеничных колотых, измельченных, кукурузных хлопьев, овсяной муки и т.д.) И нашего полезного хлеба с маслом, творогом или медом. На столе всегда есть орехи различных видов, а также инжир, финики или изюм. Тем нашим пациентам, которые желают выпить, мы предлагаем молоко, пахту или зерновой кофе.

Два раза в неделю мы подаем яйца, желательно сырые, сваренные всмятку или пашот.

Обед подается в полдень и состоит в основном из кислых и слабокислых фруктов, овощных салатов или и того, и другого. Мы на собственном опыте убедились, что, если один прием пищи состоит исключительно из фруктов и овощей, лечебные свойства этих продуктов могут воздействовать на организм без вмешательства крахмалистых и белковых элементов пищи.

Ужин нашим пациентам подают с пяти до шести. В ежедневное меню входят приправы, такие как редис, сельдерей, оливки, молодой лук, сырая морковь и т.д., суп, один или два вареных овоща, картофель, предпочтительно отварной или запеченный в кожуре, и десерт, состоящий либо из фруктового ассорти, либо из пудинга.

Мы готовим суп только три раза в неделю, потому что считаем, что большое количество жидкости любого вида, поступающее в организм во время еды, разбавляет и тем самым ослабляет пищеварительные соки. По этой причине хорошо бы посыпать суп хлебом, крекерами или каким-нибудь овощным соусом.

В качестве напитков мы подаем желающим воду, молоко или пахту.

Чернослив или инжир, тушеный или сырой, подают к каждому приему пищи тем, кто придерживается специальной слабительной диеты.

Глава XXVI

Кислотные заболевания

Происхождение, прогрессирующее развитие и лечение кислотных заболеваний во многом одинаковы, независимо от того, проявляются ли они в виде ревматизма, атеросклероза, камней (конкрементов), гравия, диабета, болезни Брайта, поражений сердца или апоплексии.

Организм человека состоит из кислотных и щелочных компонентов. Для поддержания нормального состояния и функций тканей и органов оба компонента должны присутствовать в правильных пропорциях. Если кислотные или щелочные элементы присутствуют в избыточном

или недостаточном количестве, результатом будут ненормальные состояния и функции, то есть болезнь.

Все кислоты, за исключением углекислоты, оказывают напрягающее воздействие на ткани организма, в то время как щелочи оказывают расслабляющее действие. Нормальные функции организма зависят от равновесия между этими противоположными силами.

Кислотность и щелочность, несомненно, играют важную роль в выработке электричества и магнетизма в организме человека. Каждый электрический элемент и батарейка содержат кислотные и щелочные элементы; и человеческое тело представляет собой динамо-машину, состоящую из бесчисленных мельчайших электрических элементов и батареек в форме живых протоплазматических клеток и органов.

Утверждалось, что то, что мы называем жизненной силой, есть электричество и магнетизм, и что эти силы вырабатываются в человеческом теле. Это, однако, лишь частичное утверждение истины. Это правда, что жизненная сила проявляется в теле в виде электричества и магнетизма, но сама жизнь или витальная сила не генерируется в организме.

Жизнь - это первичная сила; это источник всей деятельности, оживляющей вселенную. Из этой первичной силы истекают другие, вторичные силы, такие как электричество, магнетизм, сила разума, нервная и мышечная сила и т.д.

Эти вторичные, производные силы не могут быть преобразованы обратно в жизненную силу в человеческом организме. Ничто не может дать жизнь, кроме самой ЖИЗНИ.

Когда физическое тело, как мы его называем, мертво, покинувшая его жизнь активна в духовном теле. Оно не зависит от физического организма точно так же, как электричество не зависит от лампы накаливания, в которой оно проявляется в виде света.

После этого отступления мы вернемся к нашему изучению причин и развития кислотных заболеваний. Почти каждое заболевание, возникающее в организме человека, обусловлено или сопровождается избыточным образованием различных видов кислот в организме, наиболее важными из которых являются мочева, углекислотная, серная, фосфорная и щавелевая кислоты. Они, вместе с ксантинами, ядовитыми алкалоидами и птомаинами, образуются в процессе переваривания белков и крахмала, а также при разрушении и гниении клеток и тканей.

Из этих различных продуктов жизнедеятельности мочева кислота, вероятно, вызывает больше всего проблем в организме. Большинство заболеваний, возникающих в организме человека, происходят из-за ее неустойчивого поведения. Вместе со щавелевой кислотой он ответственен за атеросклероз, артритный ревматизм и образование камней.

Доктор Хейг из Лондона проделал отличную работу по исследованию отравления мочевой кислотой, но он становится односторонним, когда делает мочевую кислоту козлом отпущения за все болезни, возникающие в организме. В своей философии болезни он не принимает во внимание воздействие других кислот и системных ядов. Например, он не упоминает тот факт, что углекислота вырабатывается в организме примерно так же, как образуется угольный газ в печи; и что ее накопление препятствует поступлению кислорода в клетки и ткани, вызывая

таким образом удушье или кислородное голодание, которое проявляется в симптомах анемии и туберкулеза.

Доктор Хейг также не объясняет воздействия других разрушительных побочных продуктов, образующихся при переваривании крахмалов и белков. Сернистая кислота и сернокислотный спирт (купорос), а также фосфор и фосфорные кислоты фактически сжигают ткани организма. Они разрушают целлюлозные мембраны, которые образуют защитную оболочку клеток, растворяют протоплазму и позволяют последней выходить в кровоток. Этим объясняются симптомы болезни Брайта, наличие белка (клеточной протоплазмы) в крови и моче, закупорка кровообращения, последующий застой и накопление сыворотки крови (водянка) и окончательное разрушение тканей (некроз), приводящее к образованию открытых язв.

Избыток фосфора и производных от него кислот чрезмерно стимулирует мозг и нервную систему, вызывая нервозность, раздражительность, истерию и различные формы мании.

Примером этого является чумка лошади, когда ей дают слишком много овса и недостаточно травы или сена. Избыток фосфора и фосфорных кислот, образующихся из белковых материалов зерна, если его не нейтрализовать щелочными минералами, содержащимися в травах, сене или соломе, будет чрезмерно стимулировать и раздражать нервную систему животного и заставлять его становиться нервным, раздражительным и злобным. Эти симптомы исчезают при уменьшении рациона овса и при скармливании большего количества свежей травы или сена вместо зерна.

Избыток белковой пищи, мяса, яиц, зерновых и бобовых, оказывает на организм человека, особенно на чувствительную нервную систему ребенка, воздействие, аналогичное тому, которое оказывает на лошадь избыток зерновых и бобовых.

Тем не менее, когда пациенты, страдающие от чрезмерной стимуляции мозга и нервной системы, обращаются к своему врачу, его совет почти в каждом случае звучит так: "Ваши нервы слабые и перенапряженные. Вам нужно много хорошей, питательной пищи (бульоны, мясо и яйца) и "хороший тонизирующий напиток".

Средства, прописанные врачом, - это те самые вещи, которые вызвали проблему в первую очередь.

Как указывалось ранее, мочева кислота, несомненно, является одной из наиболее распространенных причин заболеваний и поэтому заслуживает особого внимания. Благодаря изучению его специфического поведения при различных обстоятельствах и влияниях причина, природа и развитие всех кислотных заболеваний станут более ясными.

Как и мочевины, мочева кислота является одним из конечных продуктов переваривания белков. Он образуется в гораздо меньших количествах, чем мочевины, в пропорции примерно один к пятидесяти, но последняя легче выводится из организма через почки и кожу.

Основным ингредиентом в образовании мочевой кислоты является азот, один из шести элементов, которые входят во все белковые пищевые материалы, также называемые азотистыми пищевыми продуктами. Таким образом, мочева кислота, как один из побочных продуктов пищеварения, всегда присутствует в крови и в умеренных количествах служит полезным целям в экономике организма человека и животных, как и другие отходы

жизнедеятельности. Он становится источником раздражения и причиной заболевания только тогда, когда присутствует в кровообращении или в тканях в чрезмерных количествах.

Как происходит осаждение мочевой кислоты

Щелочная кровь поглощает мочевую кислоту, растворяет ее и удерживает в виде раствора в кровотоке до тех пор, пока она не будет доставлена к органам очищения и выведена с потом и мочой. Однако, если из-за чрезмерного употребления азотистых продуктов или неправильного выведения из организма количество мочевой кислоты в организме увеличивается сверх определенного предела, кровь теряет способность растворять ее, и образуется липкое, похожее на клей, коллоидное вещество, которое закупоривает мельчайшие кровеносные сосуды (капилляры), так что кровь не может легко переходить из артериальной системы в венозную.

Это препятствие свободному прохождению крови больше пропорционально расстоянию от сердца, потому что чем дальше от сердца, тем меньше сила, стоящая за кровообращением. Следовательно, мы обнаруживаем, что замедление кровотока, будь то из-за закупорки мочевой кислотой или по любой другой причине, более выражено на поверхности тела и в конечностях, чем во внутренних частях и органах.

Это перекрытие поверхностного кровообращения можно легко наблюдать и даже измерить с помощью простого теста. Надавите кончиком указательного пальца одной руки на тыльную сторону другой. Там, где кровь отступила от поверхности из-за давления, образуется белое пятно. Теперь обратите внимание, как быстро или как медленно кровь возвращается в это белое пятно.

Доктор Хейг говорит, что, если отток крови происходит в течение двух-трех секунд, кровообращение нормализуется и мочевая кислота не препятствует ему. Однако, если кровь не возвращается в течение четырех или более секунд, это признак того, что капиллярное кровообращение затруднено закупоркой коллоидной мочевой кислотой.

В этой связи я хотел бы обратить внимание на тот факт, что накопление углекислоты в клетках и тканях и возникающее в результате кислородное голодание могут вызывать аналогичные нарушения кровообращения и приводить к тем же симптомам, включая медленный отток крови после повышения давления, что и те, которые доктор Хейг приписывает действию только мочевой кислоты.

Когда это препятствие циркуляции мочевой или углекислоты преобладает во всем организме, кровяное давление слишком высокое в артериальных кровеносных сосудах и во внутренних органах, таких как сердце, легкие, мозг и т.д., и слишком низкое на поверхности, конечностях и в венозном кровообращении. Обратный поток крови к сердцу по венам вялый и застойный, потому что движению сзади, то есть артериальному кровяному давлению, препятствует мочевая кислота, которая закупоривает мельчайшие капилляры, образующие связь между артериальной и венозной системами.

Из-за этого нарушения нормальной циркуляции и распределения крови мочевая кислота производит множество раздражающих и вредных эффектов. Он раздражает нервы, слизистые оболочки и другие ткани организма, вызывая таким образом головные боли, ревматические боли в суставах и мышцах, приливы крови к голове, приливы, головокружение, депрессию, обмороки и даже эпилепсию.

Другими результатами раздражения мочевой кислотой являются: воспалительные и катаральные состояния бронхов, легких, желудка, кишечника, мочеполовых органов; учащенный пульс; сердцебиение; стенокардия и т.д.

Эти коллоидные вещества закупоривают мельчайшие выводные протоки в печени, селезенке, почках и других органах, нарушая их нормальные функции и вызывая задержку болезнетворных веществ в системе.

Все эти неприятные и разрушительные последствия отравления мочевой кислотой могут быть значительно усилены чрезмерным накоплением серной, фосфорной и других кислот, а также образованием птомаинов и ядовитых алкалоидов в процессе метаболизма белковых веществ.

Вся группа симптомов, вызванных избытком мочевой кислоты в организме и возникающей в результате закупоркой капиллярных кровеносных сосудов коллоидными веществами, называется ~ коллемией~ [клейкое или вязкое состояние крови].

Если при таком состоянии, как коллемия, количество мочевой кислоты в кровообращении еще больше увеличивается при приеме продуктов питания и напитков, вызывающих образование мочевой кислоты, и достигается точка насыщения крови, то есть если кровь становится перенасыщенной кислотой, может наблюдаться любопытное явление: симптомы коллемии внезапно исчезают, как по волшебству, уступая место ощущению физической и умственной бодрости и силы.

Это чудесное изменение произошло потому, что кровь утратила способность растворять мочевую кислоту и удерживать ее в растворе, и кислота выпала в осадок, была выведена из кровообращения и отложилась в тканях организма.

После периода покоя, то есть когда в течение некоторого времени не принимались продукты, продуцирующие мочевую кислоту или ксантин, скажем, на ночь, кровь восстанавливает свою щелочность и способность растворять и переносить мочевую кислоту и начинает реабсорбировать ее из тканей. Как следствие, кровь снова насыщается мочевой кислотой и вновь появляются симптомы коллемии.

Это объясняет, почему за весельем и приподнятостью духа на банкете утром следует "Katzenjammer" (похмелье). Это также объясняет, почему многие люди не чувствуют себя готовыми к своей повседневной работе, если только они не принимают какой-либо стимулятор при пробуждении. Их кровь постоянно наполняется мочевой кислотой до точки насыщения, а дополнительное количество, содержащееся в кофе или алкоголе, повторяет процесс осаждения мочевой кислоты, вызывая временную стимуляцию и облегчение.

Каждый раз, когда это выпадение мочевой кислоты из кровотока повторяется, часть болезнетворных веществ остается и накапливается в различных частях и органах. Если эти раздражающие вещества застревают в суставах и мышцах, результатом является артрит или мышечный ревматизм. Если кислоты, ксантины и оксалаты извести образуют землистые отложения на стенках артерий и вен, эти сосуды затвердевают и становятся неэластичными, а их диаметр уменьшается. Это препятствует свободной циркуляции крови и вызывает недостаточное питание мозга и других жизненно важных органов. Кроме того, кровеносные сосуды становятся хрупкими и легко ломаются, возникает опасность кровоизлияний.

Это объясняет происхождение и развитие атеросклероза (затвердения артерий) и апоплексии.

Апоплексия также может быть вызвана другими кислотами и лекарственными ядами, которые размягчают, разъедают и разрушают стенки кровеносных сосудов головного мозга.

У людей различной конституции скопления мочевой кислоты, ксантинов, оксалатов кальция и различных других землистых веществ образуют камни, гравийные или песчаные отложения в почках, желчном пузыре и в других частях и органах.

Заболевания, вызванные постоянными отложениями мочевой кислоты в тканях, называются артритными заболеваниями, потому что скопления часто происходят в суставах.

Таким образом, мы различаем две различные стадии мочекислых заболеваний: стадию колиеми, характеризующуюся избытком мочевой кислоты в кровообращении и приводящую к закупорке капиллярных кровеносных сосудов, и стадию артрита, характеризующуюся постоянными отложениями мочевой кислоты и других землистых веществ в тканях организма.

При преобладании симптомов колиеми, то есть когда кровообращение насыщено мочевой кислотой, моча также является высококислой. Когда происходит осаждение кислотных веществ из крови в ткани, количество кислоты в моче существенно уменьшается.

Я неоднократно заявлял, что ксантины оказывают на организм такое же воздействие, как и мочевая кислота. Кофеин и теобромин, наркотические вещества кофе и чая, являются ксантинами; то же самое относится и к никотину, содержащемуся в табаке. Горох, фасоль, чечевица, грибы и арахис, помимо того, что они очень богаты белками, продуцирующими мочевую кислоту, содержат также большой процент ксантинов, которые по химическому составу почти идентичны мочевой кислоте и оказывают аналогичное воздействие на организм и его функции.

Из сказанного становится ясно, почему мясоед жаждет алкоголя и ксантинов. Когда при употреблении мясной пищи кровь насыщается мочевой кислотой и появляются раздражающие симптомы колиеми в виде вялости, головной боли и нервной депрессии, тогда алкоголь и ксантины, содержащиеся в кофе, чае и табаке, вызывают выделение кислот из кровотока в ткани организма и, таким образом, временно облегчают симптомы колиеми и создают ощущение благополучия и стимуляции.

Однако постепенно кровь восстанавливает свою щелочность и способность растворять кислоты, и достаточное количество кислотных отложений реабсорбируется кровообращением, вызывая возвращение симптомов колиеми. Затем возникает тяга к большему количеству алкоголя, кофе, чая, продуктов, продуцирующих никотин или ксантин, чтобы снова получить временное облегчение и стимуляцию, и так далее, до бесконечности.

Человек, пристрастившийся к употреблению стимуляторов, никогда не бывает самим собой. Его умственное, моральное и эмоциональное равновесие всегда нарушено. Его мозг затуманен ядами, и ему не хватает самоконтроля, ясного видения и твердой руки, необходимых для достижения успеха в любом направлении деятельности.

Теперь мы можем понять, почему один стимулятор требует другого, почему почти невозможно отказаться от одного стимулятора, не отказавшись также и от всех остальных.

Из вышесказанного становится ясно, что стимулирующее действие алкоголя и многих так называемых тонизирующих средств зависит от их способности временно очищать кровотоки от мочевой и других кислот. Те, кто внимательно прочитал эту главу, поймут, почему этот эффект обманчив и временен, и почему за ним следует возвращение симптомов коллемии в обостренной форме, и как они постепенно переходят в хронический артрит с мочевой кислотой.

Чтобы дать лучшее представление о различных фазах отравления мочевой кислотой, я использовал следующую иллюстрацию в некоторых своих лекциях:

Человек может нести груз в пятьдесят фунтов на своих плечах без труда или серьезного дискомфорта. Пусть это соответствует нормальной растворимости и способности крови переносить мочевую кислоту. Предположим, вы постепенно увеличиваете нагрузку на спину мужчины, пока ее вес не достигнет ста пятидесяти фунтов. Возможно, он все еще в состоянии нести это бремя, но по мере увеличения веса у него начнут проявляться признаки дистресса. Это увеличение веса и сопутствующий дискомфорт соответствуют повышению уровня мочевой кислоты в крови и сопутствующим симптомам коллемии.

Если вы еще больше увеличите нагрузку на плечи человека, превышающую его индивидуальную грузоподъемность, будет достигнут момент, когда он больше не сможет выдерживать ее вес и полностью сбросит его. Этот кульминационный момент соответствует точке насыщения крови, когда превышает предел ее способности переносить кислоту и содержащаяся в ней кислота осаждается в тканях.

Лечение кислотных заболеваний

Лечение кислотных заболеваний такое же, как и всех других заболеваний, вызванных нарушением законов природы: очищение крови и тканей изнутри и накопление жизненно важных жидкостей (крови и лимфы) естественным путем посредством нормальных привычек приема пищи, одевания, купания, дыхания, работы, отдыха и мышления, как описано в других частях этого тома.

В тяжелых случаях, достигших хронической стадии, лечение должно быть дополнено более агрессивными методами строгой диеты, гидротерапии, лечебной гимнастики, массажа, манипуляций и гомеопатических препаратов.

Глава XXVII

Пост

Следующим по важности этапом естественного восстановления крови является удаление отходов жизнедеятельности, болезнетворных веществ и ядов из организма. Это в значительной степени зависит от правильного (естественного) питания; но этому должны способствовать различные методы элиминационного лечения: голодание, гидротерапия, массаж, физические упражнения, воздушные ванны и солнечные ванны, а в качестве медикаментозного лечения - гомеопатические, растительные и витохимические средства.

На первом месте среди методов очищения стоит голодание, которое в последние годы стало довольно популярным и рассматривается многими людьми как панацея от всех человеческих

недугов. Однако это палка о двух концах. В зависимости от обстоятельств, это может принести как большую пользу, так и большой вред.

Куне, немецкий пионер естественного лечения, утверждал, что "болезнь - это единое целое", что она заключается в накоплении отходов и болезненных веществ в организме. С его времен многие "натуристы" утверждают, что голодание предлагает лучшее и самое быстрое средство для устранения системных ядов и других помех.

"Ускорить процесс" кажется простым и правдоподобным, но на практике это не всегда оказывается успешным. Энтузиасты голодания забывают, что выведение отходов и вредных веществ из организма - это скорее химический, чем механический процесс. Они также упускают из виду тот факт, что во многих случаях снижение жизнеспособности и ослабление сопротивляемости предшествуют накоплению болезнетворных веществ в организме и делают возможным их накопление.

Если отягощения состоят просто из излишков мяса и жира или скопившихся отходов жизнедеятельности, голодания может быть достаточно, чтобы разрушить скопления и устранить загрязнения, закупоривающие кровь и ткани.

Однако, если заболевание вызвано не механическими причинами, а другими причинами, или если оно вызвано ослабленным, негативным телосложением и пониженной сопротивляемостью организма, голодание может усугубить ненормальные состояния, а не улучшить их.

Мы часто слышим о длительных голоданиях, растягивающихся на дни и недели, которые проводятся опрометчиво, без рецепта и руководства компетентного врача, без надлежащей подготовки системы и правильного последующего лечения. Таким образом, многие хорошие конституции были необратимо повреждены.

Когда показано Голодание

Людам сангвинического, жизненного темперамента, с сильно развитыми животными качествами, поработанным дурными привычками и порочными страстями, принесут огромную пользу периодические короткие голодания. В таких случаях опыт дает прекрасную тренировку самодисциплины, укрепления самоконтроля и подавления низменных appetitов.

Энергичным, плотным людям, позитивно настроенным физически и умственно, особенно тем, кто не занимается достаточными физическими упражнениями, следует проводить частые голодания продолжительностью в один, два или три дня для уменьшения излишков мяса и жира и устранения системных отходов и других вредных веществ. Таким людям никогда не следует принимать пищу более двух раз в день, и многие лучше всего обходятся одним приемом пищи.

Однако разные темпераменты и конституции требуют разного лечения. Люди с нервным, эмоциональным темпераментом, особенно те, у кого вес ниже нормы, а также отрицательные физические и психические показатели, могут серьезно и надолго пострадать от голодания. Им никогда не следует поститься, за исключением случаев острых заболеваний и кризисов элиминационного выздоровления, когда Природа требует поста как средства излечения.

Люди этого типа обычно худые, со слабыми и дряблыми мышцами. Их жизнедеятельность находится на спаде, а их магнитные оболочки (аура) истощены, как и их физические тела. Красная аура, которая создается действием чисто животных функций и сил, более или менее

ущербна или полностью отсутствует. Такие люди имеют тенденцию становиться ненормально чувствительными к условиям в магнитном поле (на астральном плане).

После гипнотического или медиумистического процесса ничто так быстро не вызывает аномальный психизм, как голодание. Во время длительного голодания чисто животные функции пищеварения, ассимиляции и выведения из организма почти полностью останавливаются. Это угнетение физических функций пробуждает и усиливает психические функции и может вызвать сильную эмоциональность и ненормальную активность органов чувств духовно-материального тела, в результате чего индивид становится ненормально ясновидящим, яснослышающим и иным образом чувствительным к условиям на духовных планах жизни.

Это объясняет духовный подъем и видения небесных сцен и существ или битвы с демонами, о которых часто и даже единообразно сообщают отшельники, аскеты, святые, йоги, факиры и дервиши.

Голодание облегчает гипнотический контроль чувствительных со стороны позитивного разума либо на физическом, либо на духовном плане бытия. В одном случае мы говорим о гипнозе, в другом - о медиумизме, одержимости или одержимости. Эти состояния обычно диагностируются обычным практикующим врачом как нервозность, нервная протрация, истерия, паранойя, бредовое помешательство, раздвоение личности, мания и т.д.

Разрушительное воздействие голодания усиливается одиночеством, горем, беспокойством, самоанализом, религиозной экзальтацией или любой другой формой депрессивной или деструктивной умственной и эмоциональной активности.

Контролирующие духи часто заставляют своих подданных воздерживаться от пищи, тем самым делая их еще более негативными и покорными. Психические пациенты, находящиеся под контролем или одержимые, часто не будут есть, если их не заставлять или не кормить как младенца. Когда их спрашивают, почему они не хотят есть, эти пациенты отвечают: "Я не должен. Они мне не позволяют". Когда мы спрашиваем: "Кто?", ответ таков: "Эти люди. Разве ты их не видишь?", указывая на пустоту, и теряя терпение, когда ему говорят, что там никого нет. Обычная школа говорит "бред"; мы называем это аномальным ясновидением.

В других случаях контролирующий сообщает субъекту, что его еда и питье отравлены или нечисты. Для одержимой жертвы эти внушения являются абсолютной реальностью.

Подвергать людей негативного, чувствительного типа длительному голоданию и, таким образом, подвергать их только что описанным опасностям - это почти преступление. Такие пациенты нуждаются в изобилии наиболее полезной животной и растительной пищи, чтобы наращивать и укреплять свои физические тела и их магнитные оболочки, которые образуют разделяющую и защищающую стену между земным планом и магнитным полем.

Отрицательная вегетарианская диета, состоящая в основном из фруктов, орехов, злаковых и бобовых, но с дефицитом животной пищи (молочных продуктов, яиц, меда) и овощей, растущих на земле или вблизи нее, может привести к состояниям, подобным тем, которые сопровождают длительное голодание.

Животная пища вырабатывается под влиянием более высокого жизненного элемента *, чем тот, который управляет растительным царством, и продукты, полученные из животного царства, необходимы для развития и стимулирования положительных качеств в человеке.

* Более подробно этот вопрос будет рассмотрен в другом томе этой серии, озаглавленном "Натуральная диетология".

В случае с психом, у которого уже недостаточны физические (животные) и чрезмерно развиты духовные качества, особенно необходимо, чтобы восстановить и поддерживать утраченное равновесие, развивать в нем животные качества.

Как время от времени проходить Лечебное голодание

До, во время и после лечебного голодания необходимо делать все, чтобы поддерживать активное выведение токсинов, чтобы предотвратить повторное всасывание токсинов, которые перемешиваются и высвобождаются.

Голодание предполагает быстрое разрушение тканей. В результате образуется большое количество изношенных клеточных материалов и других вредных веществ. Если эти скопления ядов не будут своевременно устранены, они реабсорбируются в организме и вызывают аутоинтоксикацию.

Чтобы предотвратить это, кишечник, почки и кожу необходимо поддерживать в активном состоянии. Диета в течение нескольких дней до и после голодания должна состоять в основном из сырых фруктов и овощей, и следует систематически применять различные методы естественной стимуляции работы кишечника.

Во время голодания необходимо экономить каждую частичку жизненных сил; поэтому пассивным процедурам следует отдавать предпочтение перед активными физическими упражнениями, хотя не следует пренебрегать ежедневными физическими упражнениями (особенно ходьбой) на свежем воздухе, сопровождаемыми глубоким дыханием.

Во время голодания опорожнение кишечника обычно прекращается, особенно там, где имеется естественная тенденция к вялости кишечника. Поэтому необходимы инъекции (лучше всего делать клизмы с солью и пищевой содой), которые во время длительного голодания можно делать каждые несколько дней.

Под длительными голоданиями мы понимаем голодания, которые длятся от одной до четырех недель, при этом короткие голодания длятся один, два или три дня.

Умеренное употребление алкоголя полезно как во время голодания, так и в другое время; но чрезмерное потребление воды, так называемое промывание организма, очень вредно. В обычных условиях, вероятно, достаточно от пяти до восьми стаканов воды в день; потребляемое количество должно регулироваться желанием пациента.

Тем, кто соблюдает пост, следует смешивать питьевую воду с соком кислых фруктов, предпочтительно лимона, апельсина или грейпфрута. Эти соки действуют как элиминаторы и являются прекрасными природными антисептиками.

Никогда не используйте дистиллированную воду, будь то во время голодания или в любое другое время. Лишенная собственных минеральных составляющих, дистиллированная вода вымывает минеральные элементы и органические соли из тканей организма и тем самым усугубляет диземию (ухудшение кровообращения).

Во время поста крайне важен правильный настрой ума. Если вы не можете выполнять его с совершенной невозмутимостью, без страха или дурных предчувствий, не поститесь вообще. Деструктивные психические состояния могут с лихвой компенсировать благотворное воздействие голодания.

Подводя итог: никогда не приступайте к длительному голоданию, если вы не были должным образом подготовлены естественной диетой и лечением, и никогда без руководства компетентного врача-целителя.

Голодание при хронических заболеваниях

Всегда можно обнаружить, что некоторые из наших пациентов соблюдают голодание; но они не начинают его до тех пор, пока не наступит подходящий физиологический и психологический момент, пока не будет показано голодание. Когда организм, или, скорее, отдельная клетка, будет готова начать работу по выведению, тогда ассимиляция должна на время прекратиться, потому что она вмешивается в процессы выделения, происходящие в системе.

Голодание до того, как организм будет готов к нему, означает голодание минеральными солями и выведение их из организма.

При энергичном, позитивном телосложении, избытке мяса и склонности к хроническим запорам, ревматизму, подагре, апоплексии и другим заболеваниям, вызванным пищевыми отравлениями, голодание может быть показано с самого начала. Но с людьми слабого, негативного типа дело обстоит иначе.

Обычно организм напоминает огромную губку, которая впитывает элементы питания из пищеварительного тракта. Во время голодания процесс идет в обратном направлении, губка сжимается и выделяет содержащиеся в ней примеси.

Однако это чисто механический процесс, который касается только механического аспекта заболевания: присутствия отходов в системе. Он не учитывает химический аспект заболевания. Мы узнали, что большая часть вредных веществ в организме происходит из кислых отходов переваривания крахмала и белков.

При ревматизме и подагре коллоидные (клееобразные) и землистые отложения скапливаются в суставах и мышечных тканях; при атеросклерозе - в артериях и венах; при параличе, эпилепсии и родственных заболеваниях - в мозге и нервных тканях.

Накопление этих отходов жизнедеятельности происходит, в свою очередь, из-за дефицита в системе щелочных, кислотосвязывающих и кислотоудаляющих минеральных элементов. На самом деле, почти каждая форма заболевания характеризуется недостатком этих органических минеральных солей в крови и тканях.

Камни, гравий (конкременты) и т.д. образуются только в кислой крови и должны растворяться и выводиться из организма путем придания крови щелочного состояния. Это достигается за счет

усвоения щелочных солей, которые в наибольшем количестве содержатся в сочных фруктах, листовых и сочных овощах, шелухе злаков и в молоке.

Как же тогда эти важнейшие растворители и элиминаторы будут поступать в организм при полном воздержании от пищи?

Длительное голодание, несомненно, снижает жизненный тонус пациента и его сопротивляемость. Но естественное выведение продуктов жизнедеятельности и системных ядов (кризисы заживления) зависит от повышения жизнеспособности и активности организма и отдельных клеток, которые его составляют.

По этим причинам мы обнаруживаем, что в большинстве случаев голоданию должна предшествовать надлежащая корректировка рациона питания, как в качественном, так и в количественном отношении, вместе с различными формами естественного корректирующего и стимулирующего лечения.

Подавляющее большинство хронических пациентов стали хрониками из-за того, что их кожа, почки, кишечник и другие органы выделения находятся в вялом, атрофированном состоянии. В результате их организм перегружен болезнетворными веществами.

Более того, во время голодания организм вынужден питаться собственными тканями, которые быстро разрушаются. Это приводит к образованию и высвобождению дополнительных больших количеств болезнетворных веществ и ядов, которые должны быть немедленно устранены, чтобы предотвратить их повторное всасывание.

Однако атрофическое состояние органов выделения делает это невозможным, и щелочных минеральных элементов недостаточно для нейтрализации разрушающих кислот. Таким образом, загрязнения остаются и накапливаются в организме и могут вызвать серьезные обострения и осложнения.

Не разумнее ли прежде всего восстановить кровь на нормальной основе с помощью естественной диеты и привести органы выделения в хорошее рабочее состояние с помощью естественных методов лечения, прежде чем прибегать к принудительному голоданию? Это, действительно, единственная рациональная процедура, и она всегда будет сопровождаться наилучшими возможными результатами.

Когда под влиянием рационального питания кровь восстанавливает свой нормальный состав, когда механические препятствия свободному току крови и нервным токам устраняются манипулятивным лечением, когда кожа, почки, кишечник, нервы и нервные центры, фактически каждая клетка в организме стимулируется к активной деятельности различными методами естественного лечения, тогда клетки сами начинают устранять свои болезненные отягощения. Отходы жизнедеятельности переносятся кровотоком к органам выделения и вызывают в них острые реакции или кризисы заживления в виде диареи, катаральных выделений, лихорадки, воспалений, кожных высыпаний, фурункулов, абсцессов и т.д.

Теперь губка отжимается и очищается от загрязнений естественным способом. Слизистые оболочки желудка и кишечника призваны помогать в уборке дома; отсюда налет на языке, отсутствие аппетита, нарушения пищеварения, тошнота, желчноотизну, кислый желудок, брожение, метеоризм, а иногда и рвота и очищение.

Эти нарушения пищеварения всегда сопровождаются психической депрессией, хандрой, тоской по дому, раздражительностью, страхом, безнадежностью и т.д.

С наступлением этих очищающих и целебных кризисов наступил физиологический и психологический момент для голодания. Все процессы усвоения остановились. Весь организм выводится из организма.

Мы узнали, что эти кризисы заживления обычно наступают на шестой неделе естественного лечения.

Принимать пищу сейчас означало бы форсировать ассимиляцию и тем самым остановить элиминацию и, возможно, вмешаться в благоприятный кризис заживления или приостановить его.

Поэтому мы считаем абсолютно необходимым прекратить прием пищи, как только появляется любая форма острой элиминации, и не даем никакой пищи, кроме кислых фруктовых соков, разбавленных водой, до тех пор, пока не исчезнут все признаки острой элиминационной активности, независимо от того, потребуется ли для этого несколько дней, или несколько недель, или несколько месяцев.

Некоторое время назад я лечил тяжелый случай брюшного тифа. В течение восьми недель пациент не употреблял никакой пищи, кроме воды, смешанной с небольшим количеством апельсинового или лимонного сока. Когда все симптомы болезни исчезли, мы дали несколько дней на восстановление слизистых оболочек кишечника. После этого пища принималась с обычными предосторожностями. Пациент быстро поправлялся и в течение шести недель весил больше, чем до лихорадки. За весь период я видел пациента всего дважды, его родственники добросовестно выполняли простые указания.

Глава XXVIII

Гидротерапевтическое лечение хронических заболеваний

В то время как при лечении острых заболеваний мы используем влажные компрессы и холодные омовения для усиления теплового излучения и, таким образом, снижения температуры при лихорадке, наша цель при лечении хронических заболеваний - побудить организм к острой элиминации. Другими словами, в то время как при острых заболеваниях наше водолечебное лечение носит седативный характер, при хронических заболеваниях оно носит стимулирующий характер.

Положительный эффект от применения холодной воды

(1) Стимулирование кровообращения. Как уже говорилось, холодная вода, нанесенная на поверхность тела, возбуждает и стимулирует кровообращение по всей системе. Анализы крови до и после обливания холодной водой показывают очень заметное увеличение количества красных и белых кровяных телец. Это не означает, что холодная вода мгновенно создала новые клетки крови, но это означает, что кровь была взбудоражена и быстро разогнана по системе, что ленивые клетки крови, которые бездействовали в вялом и застойном кровотоке и в закупоренных тканях, пробуждаются к повышенной активности.

Несомненно, бодрящее и стимулирующее воздействие холодных спреев, омовений, сидячих ванн, хождения босиком по росистой траве или по мокрым камням и всех других процедур с холодной водой в значительной степени зависит от их электромагнитного воздействия на организм. Это было объяснено в десятой главе "Естественное лечение острых заболеваний".

(2) Удаление загрязнений. Поскольку холодная вода с повышенной силой гонит кровь по системе, она промывает капилляры в тканях и очищает их от скоплений болезнетворных веществ и ядов, которые являются одной из основных причин острых и хронических заболеваний.

Когда кровь приливает обратно к поверхности, она наполняет кожу, открывает и расслабляет поры и мельчайшие кровеносные сосуды или капилляры и, таким образом, выводит загрязнения через кожу.

Почему мы предпочитаем холодную воду

При лечении хронических заболеваний некоторые сторонники естественных методов лечения по-прежнему отдают предпочтение теплым или горячим процедурам в виде ванн с горячей водой, различных видов паровых или потогонных ванн, ванн с электрическим освещением, горячих компрессов, разжиганий и т.д.

Однако подавляющее большинство практикующих природолечение в Германии почти полностью отказались от любых горячих процедур из-за их ослабляющего последствие и потому, что во многих случаях они не только не дали ожидаемых результатов, но и усугубили состояние при заболевании.

Мы можем объяснить различное воздействие горячей и холодной воды, а также всех других терапевтических средств на организм Законом действия и реакции. Применительно к физике этот закон гласит: "Действие и противодействие равны, но противоположны". Я несколько ограниченно применил Закон действия и реакции к терапии следующим образом: "Каждое терапевтическое средство, воздействующее на человеческий организм, имеет первичный, временный и вторичный, постоянный эффект. Вторичный, длительный эффект противоположен первичному, преходящему эффекту".

Первый, временный эффект тепла, превышающего температуру тела, независимо от того, применяется ли оно в виде горячего воздуха или воды, пара или света, заключается в втягивании крови на поверхность. Сразу после такого нанесения кожа станет красной и горячей.

Однако вторичный и длительный эффект (в соответствии с Законом действия и реакции) заключается в том, что кровь отступает внутрь тела и оставляет кожу в бескровном и ослабленном состоянии, подверженной ознобу и предрасположенной к "простуде".

С другой стороны, первым, кратковременным эффектом обливания холодной водой тела в целом или какой-либо отдельной части является охлаждение поверхности и отток крови внутрь, оставляя кожу в охлажденном, бескровном состоянии. Недостаток крови и ощущение холода немедленно передаются по афферентным нервам в головной мозг, а оттуда в нервные центры, регулирующие кровообращение, поступает команда: "Направьте кровь на поверхность!"

В результате кровообращение активизируется и ускоряется по всей системе, и кровь с силой приливает к истощенной коже, омывая поверхность тела теплой красной кровью и возвращая ей розовый цвет здоровья. Это вторичный эффект. Другими словами, за правильно примененной обработкой холодной водой следует хорошая реакция, и это сопровождается многими постоянными полезными результатами.

Притягивающий и устраняющий первичный эффект горячих аппликаций, потогонных ванн и т.д. В лучшем случае носит временный характер, длится всего несколько минут и всегда сопровождается ослаблением реакции, в то время как притягивающий и устраняющий эффект обливания холодной водой, являясь вторичным, длительным эффектом, оказывает длительное, бодрящее и тонизирующее воздействие на кожу, которое позволяет ей избавляться от болезнетворных веществ не просто в течение десяти-пятнадцати минут, как при парилке под воздействием чрезмерного тепла, но постоянно, днем и ночью.

Опасность длительного или

Чрезмерно Холодное Применение

Как мы указывали в главе, посвященной водолечению при острых заболеваниях, в водолечебнице следует использовать только воду обычной температуры, которая поступает из колодца или крана. Положительно опасно прикладывать пакеты со льдом к воспаленному органу или использовать ледяную воду для компрессов и омовений при лихорадочных состояниях.

Точно так же лед или ледяная вода не должны использоваться при водолечебном лечении хронических заболеваний. Чрезмерный холод оказывает на организм такое же подавляющее воздействие, как ядовитые антисептики или лекарства от лихорадки.

Ванны, спреи, обливания и т.д. Не следует принимать слишком долго. Продолжительность обливания холодной водой должна регулироваться индивидуальным состоянием пациента и силой его реакции; но следует иметь в виду, что именно короткое и быстрое обливание оказывает стимулирующее электромагнитное воздействие на организм.

На следующих страницах описаны некоторые ванны и другие способы применения холодной воды, которые особенно подходят для лечения хронических заболеваний.

Как сохранить ноги в тепле

Пословица гласит: "Держи голову в прохладе, а ноги в тепле". Это хороший совет, но большинство людей пытаются следовать ему, "леча" свои замерзшие ноги грелками, сковородками, горячими кирпичами или утюгами и т.д. Это отличное средство от того, что ноги становятся еще холоднее, потому что "от тепла становится холодно, а от холода - тепло".

В соответствии с Законом действия и противодействия, горячие аппликации отгоняют кровь от ступней, в то время как холодные аппликации притягивают кровь к ступням. Поэтому, если ваши ноги холодные и бескровные (это означает, что кровь скопилась в других частях тела), пройдите босиком по росистой траве, по прохладному ручью, по мокрым каменным тротуарам или по снегу.

Вместо того чтобы прикладывать грелку к ногам прикованного к постели инвалида, ополосните его ступни холодной водой, добавив немного соли для электрического эффекта, затем разотрите и разминайте (массируйте), а завершите магнитной процедурой, зажав ступни руками и желая, чтобы кровь прилила к ним. Это окажет длительный положительный эффект не только на ноги, но и на весь организм.

Следующие обливания холодной водой очень эффективны для лечения хронического насморка на ногах:

(1) Ванночка для ног

Постойте в холодной воде по щиколотку всего одну минуту. Вытрите ноги грубым полотенцем и энергично разотрите их руками или быстро походите в течение нескольких минут. Повторите, если необходимо.

(2) Ванночка для ног

(а) стойте в воде по икры, затем действуйте, как описано выше.

(б) встаньте в воду по колено, затем энергично разотрите или пройдитесь, как указано.

(3) Ходьба босиком

Ходите босиком по мокрой траве или по мокрым каменным тротуарам несколько раз в день, от десяти до двадцати минут за раз, или меньше в случае слабости. Особенно полезна ранняя утренняя роса на траве; позже в тот же день смочите траву или тротуар из шланга.

После прогулки босиком тщательно высушите и разотрите ступни и совершите короткую, быструю прогулку в обуви и чулках.

(4) Хожение по воде в помещении

Встаньте в ванну или большое корыто для ног, наполненное примерно двумя дюймами холодной воды, встаньте и энергично плескайтесь в течение нескольких минут, затем высушите и разотрите ноги и улучшите кровообращение, пройдясь несколько раз по комнате.

(5) Спрей для ног

Направьте всю силу воды из гидранта или шланга сначала на одну ногу, затем на другую. Позвольте струе поочередно воздействовать на верхнюю часть ног и на подошвы. От холода и напора воды кровь приливает к ногам.

Эти аппликации превосходны как средство, стимулирующее и выравнивающее кровообращение, и верное средство от холода и липкости стоп, а также от потливости стоп.

В этой связи мы самым решительным образом предостерегаем наших читателей от использования подсушивающих порошков или антисептических моющих средств для подавления потоотделения ног. С этой практикой связаны эпилепсия и другие серьезные нервные расстройства.

(6) Частичные Омовения

Частичные омовения холодной водой очень полезны во многих случаях, особенно при местном воспалении или там, где необходимо снять локальную гиперемию. "Kalte Guss" (разбрызгивание холодной воды) является важной особенностью системы водоподготовки Кнайпа.

Спреи или душ могут наноситься на голову, руки, грудь, спину, бедра, колени или везде, где указано, с помощью ковша, разбрызгивателя или шланга, подсоединенного к крану или гидранту. Вода должна быть естественной температуры, а "кислинка" непродолжительной.

(7) Ванна для конечностей

Наберите в ладони холодной воды из проточного крана или ведра, наполненного водой, энергично растирайте руки и ноги в течение нескольких минут.

(8) Ванна для верхней части тела

Встаньте в пустую ванну, наберите воды в ладони из проточного крана или ведра, наполненного холодной водой, и энергично растирайте верхнюю половину тела от шеи до бедер в течение двух-трех минут. Используйте полотенце или щетку для тех частей тела, до которых вы не можете дотянуться руками.

(9) Ванна для нижней части тела

Действуйте, как описано в (8), растирая нижнюю часть тела от талии вниз.

(10) Ванночка для бедер

Сядьте в большой таз или в ванну с таким количеством воды, чтобы она полностью покрывала бедра, положив ноги на дверцу или бортики ванны. Принимая ванночку для бедер, разминайте и растирайте живот.

Вытрите насухо грубым полотенцем, затем разотрите и похлопывайте кожу руками в течение нескольких минут.

Продолжительность ванночки для бедер и температура воды должны быть адаптированы к индивидуальным условиям. Пока вы не привыкнете к холодной воде, используйте воду настолько прохладную, насколько это возможно без дискомфорта.

(11) Утреннее растирание Холодной водой

Для холодного растирания, как, собственно, и для любой процедуры с холодной водой, необходимы тепло тела перед нанесением, прохлады воды (естественная температура), быстрота действия и растирание или физические упражнения для стимуляции кровообращения. Не следует принимать процедуры с холодной водой, когда тело находится в охлажденном состоянии.

Сразу после того, как вы ляжете в теплую постель или после принятия солнечных ванн и физических упражнений у вас появится приятное сияние, отправляйтесь в ванную, сядьте в пустую ванну с закрытой пробкой, включите холодную воду и, когда она потечет в ванну, наберите ее в ладони и вымойте сначала конечности, затем живот, затем грудь и спину. Разлейте воду по всему телу и разотрите кожу руками, как вы умываетесь.

Делайте это быстро, но тщательно. Вся процедура не должна занимать более нескольких минут. К тому времени, когда мытье будет закончено, в ванне может быть от двух до четырех дюймов воды. Используйте полотенце или щетку для спины, если вы не можете дотянуться до нее другим способом.

При хорошей реакции "холодное растирание" можно проводить в неотапливаемой ванной комнате даже в холодную погоду.

После ванны быстро вытрите тело грубым полотенцем и завершите растиранием руками, пока кожа не станет сухой и гладкой, а вы не зарумянитесь от упражнения, или подставьте влажное тело свежему воздуху перед открытым окном и растирайте руками, пока кожа не станет сухой и теплой.

Ванна, принимаемая таким образом, сочетает в себе благотворное воздействие холодной воды, воздуха, физических упражнений и магнитного трения рук о тело (жизнь за жизнь). Ни один безжизненный инструмент или механическое приспособление не может сравниться с ловкостью, теплотой и магнетизмом человеческой руки.

Купание должно быть проведено таким образом, чтобы за ним последовало ощущение тепла и комфорта. Некоторым людям пойдут на пользу дополнительные физические упражнения или, что еще лучше, быстрая прогулка на свежем воздухе, в то время как другие добьются лучших результатов, вернувшись в теплую постель.

Нет лучшего средства для стимуляции общего кровообращения и усиления выделительной деятельности организма, чем это холодное утреннее растирание в начале дня после ночного отдыха. При регулярном применении его положительный эффект вскоре станет очевидным.

Этот метод принятия утренней ванны следует предпочесть погружению в ванну, наполненную холодной водой. В то время как люди с очень крепким телосложением могут не испытывать никаких побочных эффектов, для тех, кто слаб и не реагирует быстро, погружение в холод может оказаться серьезным потрясением и нагрузкой на организм.

Если ванна недоступна, сделайте утреннее обтирание холодной водой следующим образом:

Встаньте в пустое корыто для стирки. Поставьте перед собой в ванну таз или ведро, наполненное холодной водой. Намочите руки или полотенце и вымойте тело, по частям, от ступней вверх, затем высушите и разотрите руками, как указано.

(12) Вечерняя Сидячая ванна

Утреннее обтирание холодом оказывает стимулирующее действие, вечерняя сидячая ванна успокаивает и расслабляет. Поэтому последнее особенно полезно, если принимать его непосредственно перед отходом ко сну.

Холодная вода вытягивает кровь из головного и спинного мозга и тем самым обеспечивает лучший отдых и сон. Он охлаждает и расслабляет органы брюшной полости, сфинктеры и отверстия, мягко и естественно стимулирует работу кишечника и мочевыводящих путей и одинаково эффективен при хронических запорах и поражениях почек или мочевого пузыря.

Сидячую ванну лучше всего принимать в обычной сидячей ванне, изготовленной специально для этой цели, но с таким же хорошим эффектом можно использовать обычную ванну, корыто для умывания или поддон.

Налейте в сосуд несколько дюймов воды естественной температуры, такой, какая поступает из крана, и посидите в воде до тех пор, пока не произойдет хорошая реакция, то есть пока за первым ощущением холода не последует ощущение тепла. Это может занять от нескольких секунд до нескольких минут, в зависимости от температуры воды и индивидуальной реакции.

Вытрите насухо грубым полотенцем, разотрите и похлопайте кожу руками, затем, чтобы наладить хорошую реакцию, практикуйте глубокое дыхание в течение нескольких минут, чередуя с внутренним массажем, описанным в следующей главе.

(13) Ванна для головы

Выпадение или обесцвечивание волос обычно происходит из-за недостатка в крови элементов, способствующих росту волос, или из-за замедленного кровообращения в коже головы и патологического состояния волосяных фолликулов. Ничто так эффективно не стимулирует приток крови к мозгу и коже головы и не способствует выведению шлаков и ядов из этих частей, как ванна для головы в сочетании с массажем кожи головы.

Ни при каких обстоятельствах не используйте тоники для волос, средства от перхоти или экземы, а также краски для волос. Все такие препараты содержат яды или, во всяком случае, сильные антисептики и бактерициды. Перхоть - это форма устрания, и ее не следует подавлять. Когда кожа головы будет в хорошем состоянии, она исчезнет сама по себе.

Глазной диагноз показывает тот факт, что глицерин, хинин, резорцин и другие ядовитые антисептики и стимуляторы, всасываемые из средств для лечения кожи головы и тоников для волос и откладывающиеся в головном мозге, во многих случаях являются реальной причиной хронических головных болей, невралгии, головокружения, шума в ушах, потери слуха и зрения, психической депрессии, раздражительности и даже безумия.

Холодная вода - абсолютно безопасное и в то же время наиболее эффективное средство для стимулирования роста волос, что могут подтвердить многие наши пациенты.

Всякий раз, когда у вас возникает необходимость умыться, тщательно вымойте также голову холодной водой. При этом энергично пощипывайте, разминайте и массируйте кожу головы кончиками пальцев. По возможности направляйте струю из гидранта или шланга на напор. Это добавит хороший эффект трения к холодной воде.

Стригитесь только в третью четверть луны. В этот период дамы могут обрезать кончики своих волос. Скептики могут улыбнуться этому как еще одному доказательству невежества и суеверий. Однако "дураки высмеивают" и т.д. Сельские жители во многих частях Европы, которые гораздо внимательнее и мудрее наблюдают Природу и ее обычаи, чем самодовольные мудрецы из школ, сеют и собирают урожай в соответствии с фазами луны. Чтобы обеспечить интенсивный рост, их сеют и сажают на растущей луне; но их срезка и жатва производятся на убывающей луне.

(14) Ванночка для глаз

Для ванночки для глаз температура воды должна быть настолько холодной, насколько может выдержать чувствительное глазное яблоко, но не настолько холодной, чтобы вызвать серьезный дискомфорт. Можно добавить несколько крупинок соли, чтобы сделать воду слегка соленой.

Опустите лоб и глаза в таз с водой, откройте и закройте веки под водой от шести до восьми раз; повторите несколько раз. Наклонитесь над тазом, наполненным водой, и руками выплесните воду в открытые глаза. Наполните стеклянный стаканчик для глаз (который можно купить в любой аптеке или универмаге) водой, наклоните голову вперед и плотно прижмите стаканчик к глазу; затем наклонитесь назад и несколько раз откройте и закройте крышку.

Многие заболевания глаз, например, столь страшная катаракта, вызваны нарушением кровообращения и накоплением загрязнений и ядов в системе в целом и в механизме работы глаз в частности. Все подобные случаи легко поддаются нашему сочетанию естественных методов лечения, таких как водные аппликации, массаж и специальные упражнения, в сочетании с общим режимом естественного лечения.

В большом количестве случаев, проходивших лечение в нашем санатории, пациенты, которые носили очки в течение многих лет, смогли избавиться от них. Ослабленное зрение и многие серьезные так называемые неизлечимые заболевания глаз, включая катаракту и глаукому, были навсегда излечены.

Глава XXIX

Воздушные и световые ванны

Даже среди приверженцев натурального лечения есть те, кто считает, что воздушные и световые ванны следует принимать на свежем воздухе только в теплую погоду, а в зимнее время - только в хорошо отапливаемых помещениях.

Это ошибка. Воздействие воздушной ванны на организм подчиняется тому же Закону действия и реакции, который управляет эффектами водных процедур.

Если температура воздуха или воды такая же или почти такая же, как у тела, никакой реакции не происходит, условия внутри системы остаются прежними. Но если температура воздуха или воды значительно ниже температуры тела, то произойдет реакция.

Чтобы противостоять охлаждающему действию холодного воздуха или воды, нервные центры, контролирующие кровообращение, выбрасывают кровь на поверхность в больших количествах, приливая к коже теплую, красную артериальную кровь. Ток крови значительно ускоряется, и, соответственно, увеличивается выведение болезнетворных веществ с поверхности тела.

В чем причина плохого воздействия на кожу?

Человек по своей природе воздушное животное. Он дышит порами кожи так же, как и легкими. Однако обычай прятать тело под плотной, тяжелой одеждой, таким образом исключая его из живительного воздействия воздуха и света, вместе с привычкой принимать теплые ванны ослабили кожу среднего человека до тех пор, пока она не потеряла свой тонус и больше не способна выполнять свои естественные функции.

Компактные, почти воздухонепроницаемые слои нижнего белья и верхней одежды из хлопка, шерсти, шелка и кожи препятствуют вентиляции кожи и выведению вредных выделений из организма. Кожа является органом всасывания, а также выделения; следовательно, системные яды, которые выводятся из организма, если не удаляются надлежащей вентиляцией и купанием, повторно всасываются в систему точно так же, как ядовитые выделения из легких повторно всасываются людьми, находящимися в закрытых помещениях или спящими в непроветриваемых спальнях.

Кому придет в голову постоянно держать растения или животных закрытыми, вдали от воздуха и света? Мы знаем, что они вскоре увянут, зачахнут и умрут.

Тем не менее, цивилизованные люди на протяжении веков самым тщательным образом прятали свои тела от солнца и воздуха, которые так необходимы для их благополучия. Стоит ли удивляться, что кутикула человека увяла, ослабла и атрофировалась, что она утратила способность свободно и эффективно выполнять свои функции по выведению и поглощению? Несомненно, это во многом связано с распространенностью заболеваний.

На атрофированное состояние кожи в радужной оболочке глаза указывает тяжелый темный ободок, так называемый ободок налета. Это означает, что кожа стала анемичной, поверхностное кровообращение вялым и неполноценным, и что выведение болезнетворных веществ и системных ядов через кожу затруднено. Это, в свою очередь, вызывает аутоинтоксикацию и способствует развитию всевозможных острых и хронических заболеваний.

Важность кожи как органа выделения

В последнее время физиологи утверждают, что кожа не имеет большого значения как орган выделения. Обычный опыт и глазной диагноз учат нас другому. Черный ободок, более или менее отчетливо видимый на внешнем ободке радужки в глазах большинства людей, был назван ободком налета, потому что было обнаружено, что этот темный ободок появляется на радужке после подавления налета и других форм кожных высыпаний, а также после наружного или внутреннего применения лосьонов, мазей и лекарств, содержащих ртуть, цинк, йод, мышьяк или другие яды, которые подавляют или разрушают жизнь и активность кожи.

Поэтому, когда мы видим на радужной оболочке глаза человека густой налет, мы можем сразу сказать ему: "Ваша кутикула в вялом, атрофированном состоянии, поверхностное кровообращение и выведение через кожу плохи, и в результате этого наблюдается сильная склонность к аутоинтоксикации, вы легко переносите простуду и страдаете хроническими простудными заболеваниями". Таким образом, сильный налет часто указывает на то, что обычно называют "золотушным заболеванием".

Это, безусловно, показывает огромную важность кожи как органа выделения и необходимость поддержания ее в наилучшем возможном состоянии. Это объясняет, почему атрофированная кожа имеет так много общего с причиной заболевания и почему при лечении как острых, так и хронических недугов воздух и холодная вода дают такие замечательные результаты.

Излюбленным методом диагностики, применявшимся отцом Кнейпом, великим апостолом водного лечения, было исследование кожи его пациентов. Если "куртка", как он ее называл, была в довольно хорошем состоянии, он предсказывал скорое выздоровление. Если он находил "куртку" сморщенной и сухой, ослабленной и атрофированной, он качал головой и сообщал

пациенту, что потребуется много времени и терпения, чтобы восстановить его здоровье. Он, как и другие пионеры движения за естественное лечение, понял, что элиминация является ключевым моментом в лечении острых и хронических заболеваний.

Когда Следует принимать воздушные ванны

При пробуждении утром и несколько раз в течение дня, если позволяют обстоятельства, подставляйте свое обнаженное тело бодрящему воздействию открытого воздуха и солнечного света.

В жаркое время года и в тропических странах лучшее время для принятия воздушных и солнечных ванн - раннее утро и поздний вечер.

Людам, страдающим бессонницей или нервозностью в любой форме, почти в каждом случае очень помогает короткая воздушная ванна, принимаемая непосредственно перед сном, либо до, либо после вечерней сидячей ванны, в зависимости от того, что удобнее.

Где следует Принимать Воздушные Ванны

По возможности следует принимать воздушные ванны на открытом воздухе. В каждом доме должны быть помещения для принятия воздушных и солнечных ванн, то есть ограждение, где обнаженное тело могло бы находиться на открытом воздухе и под солнечными лучами.

Если воздушная ванна на открытом воздухе невозможна, ее можно принимать перед открытым окном. Но воздух в помещении, даже в хорошо проветриваемом помещении, более или менее застойный и загрязненный и в лучшем случае является лишь плохой заменой наружному воздуху.

Именно свежий, подвижный наружный воздух, пронизанный солнечным светом и богатый кислородом и озоном, генерирует электрические и магнитные токи, которые так стимулируют и оживляют все, что дышит жизнью.

Это осознается все больше и больше, и в ближайшем будущем воздушные ванны будут считаться такими же незаменимыми в современном доме, как сейчас ванная комната.

Мы прогнозируем, что через много лет крыши многоквартирных домов будут использоваться для этой цели, и люди будут удивляться, как они вообще обходились без воздушной ванны.

На крыше нашего санатория есть два больших корпуса, открытых сверху и окруженных со всех сторон деревянными решетками, которые позволяют воздуху свободно циркулировать, но исключают наблюдение с соседних крыш и окон, а также с улиц внизу. Одно отделение предназначено для мужчин и одно - для женщин, каждое оборудовано гимнастическими снарядами и отдельной комнатой для распыления.

Как следует принимать воздушные ванны

Сначала подвергайте обнаженное тело воздействию прохладного воздуха только на короткие промежутки времени, пока кожа не привыкнет к нему.

Аналогичным образом, если вы не привыкли к солнцу, принимайте воздушные ванны непродолжительной продолжительности, скажем, от десяти до двадцати минут, пока ваша кожа

и нервная система не привыкнут к воздействию тепла и яркого света. Длительное пребывание под палящими лучами полуденного солнца может вызвать сильный ожог кожи, помимо возможного вредного воздействия на нервную систему.

Новичку следует защищать голову и глаза от резких лучей солнечного света. Лучше всего этого добиться с помощью легкой соломенной шляпы с широкими полями. В случаях, когда головокружение возникает в результате воздействия тепла на мозг, голову можно обмотать влажной тканью или вложить внутрь соломенной шляпы.

Вы найдете очень приятным и бодрящим принимать холодный душ или распылять спреи во время принятия солнечных ванн и позволять воздуху высушивать тело. Это также усилит его электромагнитное воздействие на систему.

Фрикционная ванна

Во время принятия воздушной ванны кожу можно растереть грубым полотенцем или щеткой для чистки, чтобы удалить выделения и атрофированную кутикулу. За ванночкой для трения всегда следует опрыскивание спреем или растирание холодной водой.

Во время принятия воздушной ванны выполняйте дыхательные упражнения и лечебную гимнастику, соответствующую вашему состоянию. (См. Главы Двадцать восьмую и тридцатую, посвященные "Правильному дыханию" и "Физическим упражнениям".)

Если воздушная ванна принимается вечером, перед отходом ко сну, то с хорошими результатами можно выполнять менее активные дыхательные упражнения, такие как номера 1, 3, 7 и 13, но следует избегать любых энергичных стимулирующих движений.

Как растение процветает под живительным воздействием воды и света, так и кутикула кожи человека становится живой и активной под естественным воздействием воды, воздуха и солнечного света. Из предыдущих параграфов станет ясно, почему воздушные и световые ванны считаются одними из важнейших естественных методов лечения во всех крупных санаториях Германии.

Глава XXX

Правильное Дыхание

Легкие для тела - то же, что мехи для огня в кузнице. Чем регулярнее и энергичнее воздух прогоняется через мехи и легкие, тем живее горит пламя в кузнице и огни жизни в теле.

Систематически практикуйте глубокое, регулярное дыхание в течение одной недели, и вы будете удивлены результатами. Вы почувствуете себя другим человеком, и ваша работоспособность, как физическая, так и умственная, значительно возрастет.

Обильное поступление свежего воздуха более необходимо, чем еда и питье. Мы можем жить без пищи неделями, без воды - днями, но без воздуха - всего несколько минут.

Процесс дыхания

При каждом вдохе воздух всасывается через дыхательное горло или трахею, которая заканчивается двумя трубками, называемыми бронхами, одна из которых ведет к правому легкому, другая - к левому. Затем воздух распределяется по легким через сеть мельчайших трубочек к воздушным клеткам, которые отделены лишь тонкой мембраной от столь же мелких кровеносных сосудов, образующих другую сеть трубочек.

Кислород, содержащийся во вдыхаемом воздухе, свободно проходит через эти мембраны, всасывается кровью, переносится к сердцу, а оттуда по артериям и их ответвлениям к различным органам и тканям тела, разжигая огонь жизни в более яркое пламя на всем его протяжении и сжигая отходы жизнедеятельности и яды, накопившиеся в ходе жизненно важных процессов пищеварения, ассимиляции и выведения.

После того, как кровь израсходовала свой запас кислорода, она поглощает углекислый газ, который образуется при окислении и сгорании отходов жизнедеятельности, и переносит его в легкие, где ядовитые газы переносятся в воздушные ячейки и выводятся с выдыхаемым воздухом. Этот обратный путь крови к легким осуществляется через другой набор кровеносных сосудов, вены, и кровь, темная от сточных вод системы, теперь называется венозной кровью.

В легких венозная кровь выводит свой груз выделяемых ядов и газов, и, вступая в контакт со свежим воздухом и новым притоком кислорода, она снова превращается в ярко-красную артериальную кровь, насыщенную кислородом и озоном, элементами атмосферы, поддерживающими жизнь.

Это объясняет, почему нормальное, глубокое, регулярное дыхание так важно для поддержания жизни и как средство лечения. Благодаря правильному дыханию, которое тренирует и развивает каждую часть легких, увеличивается вместимость воздушных ячеек. Это, как мы узнали, означает также увеличение поступления необходимого для поддержания жизни и укрепления здоровья кислорода к тканям и органам тела.

Неблагоприятные последствия поверхностного дыхания

Очень немногие люди дышат правильно. Некоторые, особенно женщины, в тесных юбках и корсетах, давящих на их жизненно важные органы, используют только верхнюю часть легких. Другие дышат только нижней частью и диафрагмой, оставляя верхние структуры легких бездействующими и спавшими.

В тех частях легких, которые не используются, скапливаются слизистые выделения, раздражающие воздушные клетки и другие ткани, которые воспаляются и начинают разлагаться. Таким образом, подготавливается роскошная почва для туберкулезной палочки, пневмококка и других болезнетворных бактерий и микробов.

Эта привычка к поверхностному дыханию, которое не позволяет легким полностью наполняться свежим воздухом, в определенной степени объясняет тот факт, что треть всех смертей происходит в результате заболеваний легких. На одного человека, погибающего от пищевого голодания, приходится тысячи людей, умирающих от кислородного голодания.

Культура легких более важна, чем другие области обучения, которые требуют больше времени и больших затрат времени, денег и усилий. В программе Nature Cure дыхательные упражнения играют важную роль.

Дыхательные упражнения

Общие указания

Эффективность дыхательных упражнений и всех других видов корректирующих движений зависит от ментального настроя во время практики. Каждое движение должно сопровождаться сознательным усилием, направленным на то, чтобы оно привело к определенному результату. Гораздо большего можно достичь с помощью ментальной концентрации, удерживая свой ум на том, что вы делаете, чем выполняя упражнения бесцельно, безразлично.

Как можно больше бывайте на открытом воздухе и ни в коем случае не спите с открытыми окнами.

Если вы ведете сидячий образ жизни, используйте все возможности для прогулок на свежем воздухе, которые только представятся. Во время ходьбы дышите регулярно и глубоко, наполняя легкие до предела, а также выпуская как можно больше воздуха при каждом выдохе. Следует, конечно, избегать чрезмерного напряжения. Это относится ко всем дыхательным упражнениям.

Не дышите через рот. Природой предусмотрено, что наружный воздух попадает в легкие через нос, мембраны которого выстланы тонкими волосками, чтобы фильтровать воздух и предотвращать раздражение слизистых оболочек дыхательных путей посторонними частицами, пылью и грязью, и попадание их в нежные структуры легких. Кроме того, воздух нагревается до того, как он достигнет легких, проходя через нос.

Пусть выдохи занимают примерно вдвое больше времени, чем вдохи. Это будет объяснено далее в связи с ритмичным дыханием.

Не задерживайте дыхание между вдохами. Хотя учителя определенных методов воспитания дыхания часто рекомендуют эту практику, она скорее вредна, чем полезна.

Правильное Положение Стоя

Большое значение имеет положение, которое обычно принимает тело при стоянии и ходьбе. Небрежность в этом отношении не только неприятна для наблюдателя, но и ее последствия имеют далеко идущие последствия для здоровья и благополучия организма.

С другой стороны, хорошая осанка способствует развитию мышц и тканей в целом и правильному функционированию клеток и органов в частности. Если вес тела перенесен на подушечки стоп и центр тяжести хорошо сфокусирован, органы брюшной полости останутся на месте и не будет напряжения на поддерживающих их связках.

Приняв правильное положение стоя, встаньте спиной к стене, касаясь ее пятками, ягодицами, плечами и головой. Теперь отклоните голову назад и отведите плечи вперед и от стены, по-прежнему касаясь стены ягодицами и пятками. Выпрямите голову, удерживая плечи в переднем положении. Теперь отойдите от стены и постарайтесь сохранять это положение, выполняя дыхательные упражнения и отрабатывая различные движения руками.

Принимайте это положение как можно чаще в течение дня и старайтесь сохранять его во время выполнения различных задач, которые необходимо выполнять стоя. Постепенно эта поза станет вашей второй натурой, и вы будете принимать и поддерживать ее без усилий.

Когда тело находится в таком положении, внутренние органы находятся на своем обычном месте. Это существенно способствует пищеварению и косвенно приносит пользу всему функционирующему организму.

Постоянная практика вышеописанного позволит исправить выступающий живот и другие дефекты, вызванные неправильным положением и осанкой тела.

Следующие дыхательные упражнения предназначены, в частности, для развития большего объема легких и содействия формированию привычки постоянно правильно дышать. Различные движения следует повторять от трех до шести раз, в зависимости от выносливости и количества времени, имеющегося в распоряжении.

(1) Вытянув руки по бокам или на бедрах, вдыхайте и выдыхайте медленно и глубоко, задействуя весь дыхательный аппарат.

(2) (Для расширения грудной клетки и увеличения объема легких).

Несколькими отдельными движениями вытяните плечи вперед, при каждом рывке вперед вдыхая глубже. Медленно выдыхайте, возвращая плечи в исходное положение.

Выполните упражнение в обратном порядке, аналогичным образом отводя плечи назад во время вдоха. Чередуйте движения, выталкивая плечи сначала вперед, затем назад.

(3) Встаньте прямо, руки по бокам. Вдохните, поднимая руки вперед и вверх до тех пор, пока ладони не соприкоснутся над головой, одновременно поднимаясь на носки как можно выше. Выдохните, опуская пальцы ног и описывая руками широкий круг вниз, пока ладони не коснутся бедер.

(4) Встаньте прямо, руки на бедрах. Вдохните медленно и глубоко, поднимая плечи как можно выше, затем рывком опустите их как можно ниже, позволяя дыханию медленно выходить наружу.

(5) Встаньте прямо, руки на уровне плеч. Вдохните, разводя локти в стороны; выдохните, опуская локти так, чтобы энергично ударять ими по бокам.

(6) Глубоко вдохните, затем медленно выдохните, одновременно похлопывая по груди ладонями рук, покрывая всю поверхность.

(Эти шесть упражнений необходимы и достаточны. Следующие четыре могут практиковаться теми, кто способен их выполнять и у кого есть время и склонность к этому.)

(7) Встаньте прямо, руки по бокам. Вдохните медленно и глубоко, одновременно вытягивая руки ладонями вверх перед туловищем на высоту плеч. Выдохните, одновременно поворачивая ладони вниз и опуская руки по внешнему кругу.

(8) Встаньте прямо, правая рука поднята вверх, левая скрещена за спиной. Отклонитесь далеко назад, затем наклонитесь вперед и коснитесь пола правой рукой, не сгибая колен, как можно дальше от туловища. Поднимите корпус в исходное положение, поменяйте положение рук и повторите упражнение. Вдохните, наклоняясь назад и меняя положение рук, выдохните, наклоняясь вперед.

(9) Примите вертикальное положение, ноги широко расставлены, обе руки подняты. Откиньтесь назад, вдыхая, затем наклонитесь вперед, выдыхая, касаясь пола обеими руками между ног как можно дальше назад.

(10) Горизонтальное положение, опора тела на ладони и пальцы ног. Взмахните правой рукой вверх и назад, откидывая корпус в левую сторону, опираясь на левую руку и левую ногу. Вернитесь в исходное положение, повторите упражнение, откидывая корпус в правую сторону. Вдохните, покачиваясь назад, выдохните, возвращаясь в исходное положение.

Диафрагмальное дыхание

Диафрагма - это большая плоская мышца, напоминающая блюдце, которая образует перегородку между грудной и брюшной полостью. Расширение вниз заставляет легкие расширяться аналогичным образом и всасывать воздух. Поскольку давление воздуха снаружи тела больше, чем внутри, он устремляется внутрь и заполняет вакуум, создаваемый опускающейся диафрагмой. Когда диафрагма расслабляется и сжимается до своего первоначального размера и положения, воздух выводится из тела.

(11) (Для стимуляции работы диафрагмы)

Лягте плашмя на пол или матрас, не подпирая голову. Расслабьте мышцы по всему телу, затем глубоко вдохните только диафрагмой, приподнимая стенку живота чуть ниже ребер, не приподнимая ни грудную клетку, ни нижнюю часть живота. Сделайте вдох примерно за четыре секунды, затем выдыхайте вдвое дольше, втягивая живот ниже ребер.

(12) (Внутренний массаж)

Лягте на спину на кровать или диван, колени подняты. Полностью расслабьтесь, выдыхайте и задерживайте дыхание после выдоха. Делая это, выпячивайте живот и втягивайте его как можно дальше в каждую сторону. Повторяйте эти движения до тех пор, пока сможете задерживать дыхание, не напрягаясь, затем дышите глубоко и регулярно в течение нескольких минут, затем повторите массажные движения.

После глубокого дыхания я считаю эту практику более ценной, чем любое другое физическое упражнение. Это придает кишечнику и другим органам брюшной полости движение "стиральной доски", которое действует как мощный стимулятор для всех органов брюшной полости. Внутренний массаж особенно полезен при хронических запорах. Это упражнение можно выполнять также стоя или при ходьбе. Его следует выполнять два-три раза в день.

Дыхательные упражнения для выполнения в постели

(13) Вытянув руки по швам, вдохните медленно и глубоко, как указано в упражнении № (1), максимально наполняя и опорожняя легкие, но не напрягаясь. Потренируйтесь сначала лежа на спине, затем на каждом боку.

(14) Используя одно- или двухфунтовые гантели, примите положение лежа на спине, руки вытянуты в стороны, гантели в руках. Поднимите руки с напряженными локтями, скрестите их на груди как можно дальше, одновременно выпуская воздух из легких. Разведите руки в стороны, глубоко вдыхая и поднимая грудную клетку.

(15) Лягте ровно на спину, руки по бокам. Взявшись за гантели, вытяните руки назад над головой, делая вдох. Оставьте их в таком положении на несколько секунд, затем поднимите их прямо над грудью и медленно опустите в исходное положение. Выдыхайте во время второй половины этого упражнения.

В качестве варианта скрестите руки перед туловищем, а не разводите в стороны.

Ритмичное Дыхание

Это факт, не очень известный нам, западным людям (наше внимание было привлечено к нему "Мудрецами Востока"), что при нормальном, ритмичном дыхании выдох и вдох происходят через одну ноздрю за раз: в течение примерно одного часа через правую ноздрю, а затем в течение такого же периода времени через левую ноздрю.

Дыхание, входящее через правую ноздрю, создает положительные электромагнитные токи, которые проходят вниз по правой стороне позвоночника, в то время как дыхание, входящее через левую ноздрю, посылает отрицательные электромагнитные токи вниз по левой стороне позвоночника. Эти токи передаются через нервные центры или ганглии симпатической нервной системы, которая расположена вдоль позвоночного столба, ко всем частям тела.

При нормальном, ритмичном дыхании выдох занимает примерно в два раза больше времени, чем вдох. Например, если для вдоха требуется четыре секунды, то для выдоха, включая небольшую естественную паузу перед новым вдохом, требуется восемь секунд.

Баланс электромагнитных энергий в системе в значительной степени зависит от этого ритмичного дыхания, отсюда важность глубоких, беспрепятственных, ритмичных выдоха и вдоха.

Чтобы установить естественный ритм дыхания, когда он нарушен из-за простудных заболеваний, неправильных привычек дыхания или по другим причинам, следующее упражнение, выполняемое не менее трех раз в день (предпочтительно утром после пробуждения, в полдень и ночью), окажется очень полезным для содействия нормальному дыханию и создания правильного баланса между положительной и отрицательной электромагнитными энергиями в организме.

Альтернативное Дыхание

Сделайте глубокий выдох, затем закройте правую ноздрю и вдохните через левую. После небольшой паузы измените положение пальцев и медленно выдохните воздух через правую ноздрю. Теперь вдохните через правую ноздрю и, изменив давление на ноздри, выдохните через левую.

Повторите это упражнение от пяти до десяти раз, всегда отводя на выдох в два раза больше времени, чем на вдох. То есть сосчитайте три, или четыре, или шесть для вдоха и шесть, восемь, или двенадцать, соответственно, для выдоха, в зависимости от объема ваших легких. Пусть ваши вдохи будут как можно более глубокими и продолжительными, но избегайте любого напряжения.

Это упражнение всегда следует выполнять перед открытым окном или, что еще лучше, на свежем воздухе, при этом тело не должно быть стеснено тесной или тяжелой одеждой.

Альтернативное дыхание можно практиковать стоя, сидя или в лежачем положении. Позвоночник все время должен оставаться прямым и свободным, чтобы не препятствовать прохождению электромагнитных токов. Если выполнять это упражнение на ночь перед сном, то результатом будет спокойный, безмятежный сон.

Во время практики "альтернативного дыхания" зафиксируйте свое внимание и сконцентрируйте силу воли на том, чего вы пытаетесь достичь. Когда вы вдыхаете через правую ноздрю, магнитные токи будут течь вдоль правой стороны позвоночника, а когда вы вдыхаете через левую ноздрю, сознательно направляйте токи в левую сторону.

В этом упражнении больше достоинств, чем можно было бы ожидать, учитывая его простоту. Это практиковалось йогами Индии с незапамятных времен.

Мудрецы Индии знали, что с дыханием они впитывают не только физические элементы воздуха, но и саму жизнь. Они учили, что эта первичная из всех сил, из которой проистекает вся энергия, ритмично прибывает и прибывает в сотворенной вселенной. Каждое живое существо живо благодаря этому космическому дыханию и благодаря тому, что оно принимает участие в нем.

Чем позитивнее спрос, тем больше предложение. Поэтому, дыша глубоко и ритмично в гармонии с универсальным дыханием, стремитесь более полно открыться притоку жизненной силы из источника всей жизни в самых сокровенных частях вашего существа.

Эта тесная связь индивидуальной души с великим резервуаром жизни должна существовать. Без нее жизнь была бы невозможна.

Предупреждение

Хотя чередующиеся дыхательные упражнения очень ценны для преодоления препятствий в дыхательных путях, для выработки привычки к ритмичному дыханию и для совершенствования и ускорения вибрационной активности на физическом и духовном планах бытия, их следует практиковать с большой осторожностью. Эти и другие дыхательные упражнения "йогов" являются мощными средствами для развития ненормальных психических состояний. Поэтому они особенно опасны для тех, кто уже склонен к физическому и умственному негативизму и восприимчивости. Такие люди должны избегать всех практик, которые ведут к чрезмерному очищению физического тела и преждевременному и ненормальному развитию органов чувств духовного тела. Наиболее опасными из этих методов являются длительное голодание, сыроедение, то есть диета, состоящая из фруктов, орехов, масел и сырых овощей и исключая продукты дэлри, дыхание "йога" и "сидение в тишине". То есть сидеть в темноте, в уединении или в компании с другими, удерживая ум в пассивном, восприимчивом состоянии к посторонним впечатлениям. Эти практики, как правило, развивают очень опасные фазы аномального и субъективного психизма, такие как ясновидение, яснослышание, медиумизм и одержимость.

Глава XXXI

Физические упражнения

Помимо дыхания, гимнастику в целом — или, в случае болезни или уродства, специальные корректирующие и лечебные упражнения — следует выполнять каждый день.

Физические упражнения оказывают на организм такое же воздействие, как гидротерапия, массаж и манипулятивные процедуры. Они активизируют патологические накопления в тканях, стимулируют артериальное и венозное кровообращение, расширяют легкие до их максимальной вместимости, тем самым увеличивая поступление кислорода, и наиболее эффективно способствует выведению отходов жизнедеятельности и болезнетворных веществ через кожу, почки, кишечник и дыхательные пути.

Кроме того, хорошо подобранные систематические физические упражнения, как правило, исправляют вывихи позвоночных и других костных структур. Они расслабляют и смягчают сокращенные и затвердевшие мышцы и связки, а также тонизируют те ткани, которые ослаблены и ненормально расслаблены. Регулярные физические упражнения означают увеличение кровоснабжения, улучшение питания и улучшение дренажа для всех жизненно важных органов тела.

Систематические физические упражнения в сочетании с глубоким дыханием также значительно способствуют высвобождению и распределению электромагнитных энергий в организме.

Большинство людей, которым приходится много работать физически, думают, что им не нужно выполнять специальные упражнения. Однако это ошибка. Почти во всех видах физического труда задействуются только определенные части тела и тренируются только определенные группы мышц, в то время как другие остаются неактивными. Это способствует неравномерному развитию, что вредно для организма в целом. Крайне необходимо, чтобы пагубным последствиям такой односторонней деятельности противодействовали упражнения и движения, которые задействуют в активной работе все различные части тела, особенно те, которыми пренебрегают в рабочее время.

Систематические физические упражнения являются абсолютной необходимостью для работников умственного труда и тех, кто придерживается сидячего образа жизни. Они не только нуждаются в дыхательной гимнастике и корректирующих движениях по утрам и вечерам, но и должны совершать регулярные ежедневные прогулки, независимо от погодных условий. Если они не будут делать это добросовестно, их кровообращение станет вялым, а органы выделения бездействующими. Клетки и ткани их тел постепенно будут засоряться болезненными отложениями, и это неизбежно приведет к физическому и психическому ухудшению.

Общие правила

Слабым людям и тем, кто страдает злокачественными заболеваниями, такими как рак, туберкулез, болезни сердца, астма, или от смещений и разрывов, или кто подвержен апоплексическим ударам и т.д., не следует выполнять эти или любые другие энергичные упражнения, кроме как под наблюдением компетентного врача. Не менее двух раз в день следует тщательно тренировать все части дыхательного аппарата (см. Главу Двадцать восьмую о дыхательных упражнениях). Глубокое дыхание должно сопровождать каждое корректирующее движение, независимо от того, является ли оно специальным дыхательным упражнением или нет. Начинайте свои упражнения каждый день с легких движений и постепенно переходите к более энергичным, затем выполните обратный процесс, заканчивая легкими, расслабляющими

движениями. Приступая к систематическим упражнениям, не делайте отдельные движения слишком энергичными и не продолжайте их слишком долго. Если какие-либо из них вызывают боль или значительное напряжение, откажитесь от них, пока тело не станет более сильным и гибким. Мышечная болезненность, часто возникающая в результате физических упражнений в начале, как правило, незначительна и вскоре исчезает. Несмотря на это, следует практиковать различные движения, потому что это единственный способ облегчить и преодолеть это состояние. Остановитесь, когда почувствуете усталость. Никогда не переусердствуйте; вы должны чувствовать себя отдохнувшим после тренировки, а не уставшим и шатким. Не выполняйте никаких энергичных упражнений в течение полутора часов после еды или непосредственно перед едой. Перед тем как сесть за стол, рекомендуется хорошенько отдохнуть в течение примерно пятнадцати минут. По возможности занимайтесь спортом на свежем воздухе. В помещении выполняйте упражнения у открытого окна или там, где есть приток свежего воздуха. Тренируйтесь, по возможности, раздетыми или в обычном спортивном костюме, который дает свободу всем мышцам. Если вы одеты, ослабьте всю тесную одежду.~~ Дамы должны носить свою одежду, подвешенную к плечам с помощью плечевых подтяжек, или так называемых корректирующих талий, к которым пристегиваются юбки. Всегда расслабляйтесь физически и умственно перед выполнением упражнений. Для достижения результатов не обязательно использовать тренажеры. Однако можно использовать гантели, палочки или индийские булавы, но они не должны быть слишком тяжелыми. В большинстве случаев гантели весом в один фунт достаточно тяжелы. Упражнения, описанные здесь, предназначены для мышечного контроля, гибкости, улучшения кровообращения и повышения активности жизненно важных функций, а не просто для проявления животной силы.

В следующих параграфах мы предлагаем подборку корректирующих движений, от более простых до требующих значительной ловкости и усилий.

При выполнении этих упражнений лучше всего чередовать их, то есть выбирать, скажем, шесть или семь движений, подходящих для индивидуальных условий, с целью обеспечения всестороннего общего развития и специальной практики для тех частей и органов тела, которые требуют дополнительного внимания. Также необходимо учитывать время, имеющееся в вашем распоряжении.

Выполняйте эти упражнения ежедневно в течение недели. На следующую неделю выберите шесть различных упражнений, затем еще шесть на третью неделю и так далее, дополняя приведенный здесь список в зависимости от ваших конкретных потребностей. Затем начните все сначала аналогичным образом.

Это лучше, чем выполнять одни и те же трюки каждый день. Это способствует всестороннему развитию тела и не дает угаснуть интересу.

Корректирующая гимнастика

(1) Поднимите руки вперед (одновременно начиная вдыхать), вверх над головой и назад как можно дальше, запрокидывая голову и глубоко вдыхая. Теперь медленно выдохните, одновременно опуская руки и голову и наклоняя тело вниз, пока пальцы коснутся пальцев ног. Держите колени прямыми. Снова вдохните, поднимая руки вверх и назад, как и раньше. Повторите от шести до десяти раз.

Для тренировки мышц между ребрами и мышц брюшного пресса на спине:

(2) Вдохните медленно и глубоко, вытянув руки по бокам. Теперь выдохните и одновременно наклонитесь влево как можно дальше, поднимая правую руку прямо над головой и держа левую руку близко к туловищу. Быстрым движением примите исходное положение, одновременно делая вдох. Выдохните, как и раньше, наклоняясь вправо и поднимая левую руку. Повторите несколько раз.

Для придания упругости грудной клетке. Также отлично подходит для органов пищеварения:

(3) Растяжка грудной клетки: Это упражнение должно выполняться энергично, движения должны следовать одно за другим в быстрой последовательности:

Встаньте прямо. Отведите руки назад так, чтобы ладони соприкоснулись (стараясь поднимать их выше с каждым повторением), одновременно поднимаясь на носки и вдыхая. Не останавливаясь, выбросьте руки вперед и поперек груди, правую руку вытяните вверх, ударяя по спине обеими руками с противоположных сторон, одновременно выдыхая и опуская пальцы ног. Немедленно отведите руки назад, соприкасаясь ладонями, поднимаясь на носки и вдыхая, как и раньше, затем снова вытяните их вперед и прижмите к груди, левую руку максимально кверху. Повторите от десяти до двадцати раз.

Превосходный массаж и вибрационные движения для легких.

(4) Упражнения для заполнения тощей шеи и впалой груди:

Встаньте прямо. Не поднимая и не опуская подбородок и не сгибая шею, подайте голову вперед как можно дальше, затем расслабьтесь. Повторите несколько раз. Аналогичным образом запрокиньте голову назад, каждый раз прилагая усилие, чтобы отодвинуть ее еще дальше назад. Не сгибайте шею. Повторите. Встаньте прямо. Наклоните голову к правому плечу как можно дальше, затем расслабьтесь. Не поворачивайте голову. Повторите.

Аналогичным образом наклоните голову к левому плечу, затем чередуйте два движения.

Встаньте прямо. Наклоните голову вперед как можно дальше, с каждым разом прилагая усилия, чтобы опускать ее все ниже. Расслабьтесь.

Откиньте голову назад как можно дальше.

Наклоните голову сначала вперед, затем назад. Повторите.

(5) Для тренировки мышц груди и предплечья.

Встаньте прямо, локти прижаты к бокам, руки сомкнуты на груди, большие пальцы направлены внутрь. Энергично и быстро вытяните руки вперед, затем в стороны, затем прямо вверх, затем прямо вниз, затем назад. Повторите каждое движение несколько раз, затем чередуйте их, каждый раз быстро и сильно отводя руки назад, а кисти рук - в исходное положение.

В качестве варианта разведите локти в стороны на высоту плеч, уперев кулаки в плечи, затем наносите энергичные удары, как и раньше, раскрывая ладони и растягивая пальцы при каждом ударе. Повторите от десяти до двадцати раз или пока не устанете.

(6) Встаньте прямо, руки на бедрах. Держа ноги прямыми, вращайте туловище на бедрах, наклоняясь сначала вперед, затем вправо, затем назад, затем влево. Повторите несколько раз, затем поверните в противоположном направлении.

Особенно полезно взбодрить вялую печень:

(7) Лягте плашмя на спину на кровать или, еще лучше, на коврик на полу, руки под голову. Не сгибая колен, поднимите правую ногу как можно выше и медленно опустите ее. Повторите несколько раз, затем поднимите другую ногу, затем чередуйте. Когда живот станет сильнее, поднимите обе ноги сразу, держа колени прямыми. Важно, чтобы ноги опускались медленно.

Для тренировки мышц живота и укрепления органов малого таза. Это и следующие упражнения особенно ценны для лечения женских проблем:

(8) Лягте на спину, руки сложите на груди. Поставьте ноги под стул или кровать, чтобы они оставались в нужном положении. Примите сидячее положение, держа колени, спину и шею прямыми. Медленно опустите тело в исходное положение. Повторите от пяти до десяти раз, в зависимости от силы.

Дополнительные упражнения

(9) Положение "Шаг-стойка" (ноги на расстоянии примерно половины ярда друг от друга). Поднимите руки в стороны так, чтобы они были на одном уровне с плечами, затем, не сгибая спины, поверните туловище на бедрах сначала вправо, затем влево.

В качестве вариации этого упражнения выполняйте вращения только от талии, сохраняя неподвижными бедра.

Отличный массаж для внутренних органов:

(10) Движение качелей:

Шаг-стойка, руки разведены в стороны. Наклоняйтесь вправо, пока кисть не коснется пола, левая рука высоко поднята. Примите исходное положение. Повторите несколько раз, затем наклонитесь в левую сторону, затем чередуйте.

(11) Упражнение на рубку:

Шаг-стойка. Сцепите руки над левым плечом.

Вытяните руки вниз и между ног, сильно наклоняясь вперед.

Вернитесь в исходное положение и повторите несколько раз, затем повторите, положив руки на правое плечо, затем чередуйте.

(12) Камень-колыбель:

Сцепите руки над головой, локти прямые. Наклоняйте туловище в правую и левую стороны попеременно и без паузы несколько раз.

(13) Встаньте прямо, ноги вместе. Перейдите в положение "шаг-стойка", одновременно поднимая руки в стороны к плечам, вернитесь в исходное положение и опустите руки. Повторите от десяти до двадцати раз.

(14) Лягте ровно на спину, руки по бокам, ноги прямые. Поднимите обе ноги, пока они не окажутся под прямым углом к телу. Из этого положения поочередно раскачивайте ноги в правую и левую стороны.

(15) Лягте ровно на спину, руки вытянуты над головой. Одновременно поднимите руки и ноги вверх, касаясь пальцев ног руками в воздухе, балансируя телом на тазовых костях и нижней части позвоночника. Вернитесь в исходное положение и повторите.

Это сложное и напряженное упражнение, и поначалу его не следует выполнять:

(16) Лягте плашмя на живот, руки под плечами, ладонями вниз, пальцы повернуты внутрь, примерно в шести дюймах друг от друга. Это даст свободу мышцам груди. Поднимите верхнюю половину туловища на руках как можно выше, сохраняя туловище прямым. Вернитесь в исходное положение и повторяйте до легкого утомления.

(17) То же положение, что и раньше. Поднимите все тело на руках и носках, держа руки и ноги прямыми. Вернитесь в расслабленное положение и повторите упражнение.

В качестве вариации раскачивайтесь вперед-назад, находясь в приподнятом положении.

(18) Лягте плашмя на живот, руки вытяните вперед. Выбросьте руки вверх и поднимите верхнюю часть туловища как можно выше, держа ноги прямыми. Вернитесь в исходное положение и повторите, но избегайте чрезмерного напряжения.

(19) То же положение, что и раньше, но руки на бедрах или сцеплены за спиной. Поднимите верхнюю часть тела без помощи рук.

(20) Движение кресла-качалки:

Сядьте на коврик или кровать, ноги прямые, руки по бокам. Откиньтесь назад так, чтобы верхняя часть тела почти касалась коврика, одновременно поднимая ноги вверх. Вернитесь в исходное положение и повторяйте без каких-либо пауз между движениями, раскачиваясь взад-вперед до легкого утомления.

По мере того, как вы станете сильнее, сцепите руки за головой. В качестве варианта покачивайтесь, согнув колени и сцепив руки под ними.

Специальные упражнения для уменьшения веса и

Укрепление органов брюшной полости

(21) Лягте плашмя на живот, пятки и пальцы ног вместе, руки вытянуты вперед. Запрокиньте голову и руки вверх, одновременно поднимая ноги, колени прямые. Избегайте напряжения.

(22) То же положение, руки сцеплены за спиной, ноги вместе. Перекачивайтесь из стороны в сторону.

(23) Лягте ровно на спину, возьмитесь за перекладину (перекладину кровати или перекладину стула) сразу за головой. Держа ступни близко друг к другу, поднимите ноги как можно выше, затем покачайте ими из стороны в сторону. В качестве варианта покачайте ногами по кругу, не сгибая коленей.

(24) То же положение. Поднимайте и опускайте ноги вверх и вниз, не позволяя им касаться пола, сохраняя колени прямыми.

(25) Лягте ровно на спину, руки свободно сложите на животе. Поднимайте и опускайте верхнюю часть туловища, не касаясь пола.

(26) Встаньте прямо, пятки вместе, руки подняты над головой. Наклоняйтесь вперед и вниз, стараясь положить ладони рук на пол перед туловищем, не сгибая коленей. Медленно вернитесь в исходное положение и повторите.

(27) Встаньте прямо, руки на бедрах. Удерживая тело неподвижным от бедер вниз, раскачивайте верхнюю часть тела из стороны в сторону, вперед и назад, а также по кругу вправо и влево.

(28) Встаньте прямо, поднимите руки над головой. Поверните туловище на бедрах вытянутыми руками, сгибаясь как можно дальше в каждую сторону, но избегая чрезмерного напряжения. Это напряженные движения, и их не следует доводить до крайности или выполнять очень долго за один раз.

Физические упражнения для инвалидов

Людям, которые очень слабы и не могут оставаться на ногах какое-либо время, не обязательно по этой причине отказываться от пользы, которую приносят систематические физические упражнения.

Низкий стул с прямой или очень слегка изогнутой спинкой без подлокотников или кресло-качалка аналогичной конструкции с клиновидной опорой, расположенной под качалками таким образом, чтобы кресло оставалось устойчивым под нужным углом, хорошо приспособлены для выполнения ряда корректирующих движений, таких как вращение бедер и талии, наклоны туловища вперед и вбок, различные упражнения для рук и шеи, сгибания и скручивания стоп и пальцев ног, внутренний массаж (упражнение № 12) и "Дыхательные упражнения в постели", описанные в предыдущей главе.

Глава XXXII

Манипулятивный Лечебный массаж

Массаж оказывает на организм почти такое же воздействие, как и процедуры с холодной водой. Он ускоряет кровообращение, вытягивает кровь на поверхность, расслабляет и открывает поры кожи, способствует выведению болезнетворных веществ, увеличивает и стимулирует электромагнитную энергию в организме.

Мы узнали, что одной из основных причин хронических заболеваний является накопление отходов жизнедеятельности и системных ядов в тканях организма. Эти патологические образования закупоривают капилляры, тем самым препятствуя кровообращению и нарушая нормальную деятельность органов выделения, особенно кожи.

Глубинный массаж, заключающийся в сдавливании, разминании, перекачивании и поглаживании, фактически вытесняет застоявшуюся кровь и болезненные скопления из тканей в венозное кровообращение, ускоряет движение венозной крови, насыщенной отходами жизнедеятельности и ядами, по пути к легким и позволяет артериальной крови с ее кислородом и питательными элементами более свободно поступать в менее закупоренные ткани и органы.

Благодаря манипуляциям с мясистыми тканями кровь приливает к поверхности тела, и таким образом значительно облегчается выведение болезнетворных веществ через расслабленные и открытые поры кожи.

Очень важным является электромагнитное воздействие хорошего массажа на систему. Положительный магнетизм оператора пробудит и усилит скрытые электромагнитные энергии в теле пациента, подобно тому, как кусок железа или стали намагничивается при трении о него подковообразным магнитом. Чем более нормальным и позитивным, морально и ментально, а также физически, является оператор, тем более заметным будет положительный эффект лечения для слабого и негативного пациента.

Магнитная обработка

Благотворный эффект магнитного лечения обусловлен не столько фактической передачей жизненной силы от оператора к пациенту, сколько пробуждением и стимуляцией скрытых, неактивных электромагнитных энергий последнего, поляризацией его магнитных сил.

Подковообразный магнит не придает свой собственный магнетизм куску железа, который им натирают, но электромагнитные энергии в магните вызывают вибрационную активность скрытых электромагнитных энергий в железе. Это подтверждается тем фактом, что и магнит, и железо будут оставаться магнитными до тех пор, пока их используют для намагничивания других веществ, но из-за неиспользования и то, и другое потеряет свои магнитные свойства.

Мои операторы и другие люди часто спрашивают меня: "Как я могу наилучшим образом развить свой магнетизм?" и "Есть ли опасность потерять свою жизненную силу и стать "негативным" из-за такого обращения с больными?" Это правда, что манипулятивная работа, как и все остальное, может быть чрезмерной и оказывать вредное воздействие на оператора. Но в разумных пределах массаж и магнитные процедуры не истощат человека, проводящего их, при условии, что он поддерживает свой организм в хорошем состоянии. Его собственные вибрации должны быть гармоничны на всех планах бытия: физическом, ментальном, моральном и духовном. Он должен быть вдохновлен и приведен в действие верой в то, что он МОЖЕТ исцелять, позитивным желанием исцелиться и сочувствием к тому, кому он пытается принести пользу.

Такой оператор делает себя инструментом для передачи жизненной силы, которая является исцеляющей силой, из Источника всей жизни. "Как он отдает, так он и получает"; ибо это основной закон вселенной, Закон Компенсации. Если он будет проводить лечение в правильном духе, он приобретет жизненную силу, а не потеряет ее. Он действительно почувствует свои собственные усиленные жизненные вибрации, и после лечения он испытает чувство жизнерадостности и приподнятости, которые ничто другое не может ему передать. "Тот, кто потеряет свою жизнь, обретет ее".

Подобно музыканту, который настраивает (придает гармоничную вибрацию) расслабленным струнам своего инструмента, магнетический целитель настраивает и гармонизирует ослабленные и диссонирующие вибрации своего пациента.

Хороший массаж будет оказывать электромагнитное воздействие, даже если оператор не осознает этого и не понимает лежащих в его основе законов; но его работа будет набирать силу

и эффективность прямо пропорционально сознательным усилиям, которые он прилагает, чтобы принести пользу своим пациентам благодаря влиянию этих высших и тонких сил.

Я часто замечал в своей собственной манипулятивной работе, насколько сознательное и сосредоточенное усилие воли влияет на ее эффективность. Часто, когда я проводил обычный массаж или остеопатическое лечение, а пациент все еще жаловался на боль в определенной области тела, я возлагал руки на пораженный участок и концентрировал свою волю на растворении застойных явлений в этой конкретной части или органе и на гармонизации его диссонирующих вибраций. Очень скоро, обычно в течение нескольких минут, застойные явления исчезали, и боль утихала.

Электромагнитную энергию организма можно контролировать усилием воли и либо концентрировать в любой части тела, либо направлять прочь от нее, точно так же, как можно контролировать циркуляцию крови. Последнее я видел сделанным гипнотизером, который заставлял кровь приливать к рукам и отливать от них у одного из своих испытуемых просто силой своей воли.

Хотя это было достигнуто с помощью деструктивного процесса, это преподавало мне ценнейший урок относительно силы воли для контроля физических условий.

Попробуй сам. В следующий раз, когда у вас возникнет одна из ваших назойливых головных болей, удобно откиньтесь в кресле или на кушетке, полностью расслабьтесь, и тогда кровь начнет отливать от мозга, чтобы облегчить застойные явления и сопутствующую боль. Многие мои пациенты научились успешно лечить себя таким образом.

Очевидно, что магнитное лечение не устранит боль навсегда, если последняя вызвана раздражением, вызванным подвывихом кости или каким-либо инородным телом, или локальным накоплением болезненных веществ и ядов в какой-либо части или органе. Во всех таких случаях местная причина раздражения должна быть устранена до того, как боль сможет утихнуть или исчезнуть.

История манипуляций и адаптации позвоночника

Во многих европейских странах "костоправы" грубым способом лечат растяжения связок позвоночника с незапамятных времен. Эти костоправы обычно принадлежат к крестьянству, и это искусство передавалось в одних и тех же семьях от отца к сыну на протяжении многих поколений.

Кстати, эти простые люди заметили, что их лечение не только облегчало растяжение связок, усталость и боль в спине — на что в первую очередь и был направлен результат, — но и часто оказывало благоприятное влияние на болезненные процессы в отдаленных органах и частях тела. Это эмпирическое открытие постепенно привело к более широкому применению этого метода лечения.

Различные современные системы манипуляций на позвоночнике, а именно остеопатия, хиропрактика, напратия, нейропатия, спондилотерапия и наша собственная нейротерапия, имеют явно американское происхождение.

За последнюю четверть века миллионы американцев на личном опыте стали убежденными приверженцами одной или нескольких из этих систем лечения. Этот факт сыграл важную роль в

привлечении внимания многочисленных искренних и научных исследователей к позвоночному столбу и связанным с ним структурам как механизму, с помощью которого можно применять терапевтические меры. Поэтому каждому человеку, стремящемуся к здоровью, надлежит ознакомиться с теориями и утверждениями этих различных систем манипулятивного лечения.

Остеопатия

В автобиографии доктора А. Т. Все еще содержится следующее интересное утверждение:

"В 1874 году я провозгласил, что поврежденная артерия знаменует начало часа и минуты, когда болезнь начала сеять семена разрушения в человеческом теле. Что это ни в коем случае не могло быть сделано без нарушения или приостановления тока артериальной крови, которая по своей природе была предназначена для снабжения всех нервов, связок, мышц, кожи, костей и самой артерии. Правило артерии должно быть абсолютным, универсальным и беспрепятственным, иначе результатом станет болезнь. Я провозгласил тогда и там, что все нервы полностью зависят от артериальной системы в своих качествах, таких как ощущение, питание и движение, даже если по закону взаимности они обеспечивают силой, питанием и движением саму артерию".

Можно утверждать, что еще в 1805 году система шведского движения Ling была основана на том же принципе, а именно: "постоянное здоровье благодаря совершенному кровообращению". Имеющиеся данные, однако, убедительно свидетельствуют о том, что основатель остеопатии пришел к своим выводам независимо.

Дальнейшие утверждения доктора Стилла относительно причины и лечения болезни вкратце сводятся к следующему: Частичное смещение любой из различных костей тела оказывает давление на соседние кровеносные сосуды, тем самым нарушая кровообращение в соответствующих органах. Эти смещения, называемые "костными повреждениями", лучше всего "уменьшить" с помощью манипуляций, называемых остеопатическими "движениями".

Хирургия

В 1895 году доктор Д. Д. Палмер выдвинул следующие утверждения относительно причины и лечения заболеваний: Растяжения позвоночника приводят к частичному смещению одного или нескольких позвонков, составляющих позвоночный столб, оказывая таким образом давление на соседние нервы. Это снижает жизнеспособность органов, снабжаемых пораженными нервами, что приводит к заболеванию. Эти смещения, называемые "подвывихами позвонков", лучше всего "корректировать" с помощью манипуляций в виде хирургических "толчков".

Как только остеопатия и хирургия были должным образом созданы, сторонники обеих систем с более широким кругозором начали взаимное исследование и объединение. В результате мы обнаруживаем, что всего через семь лет после зарождения хирургии в остеопатической литературе начали упоминать подвывихи позвонков как давление на нервы, вызывающее тем самым заболевание. С другой стороны, продвинутой хирургии вскоре начали осознавать важность расслабления напряженных мышц перед выполнением толчков. Они также начали обращать внимание на костные повреждения, отличные от тех, что возникают в позвоночнике. Многие принципы хирургии и большая часть ее современных методик были почерпнуты из остеопатии, в то время как обратное утверждение столь же верно.

Напрапатия

"Доктрина болезни соединительной ткани" была впервые провозглашена доктором Оукли Смитом в 1907 году. Это можно кратко сформулировать следующим образом: позвонок не смещается без перелома или полного вывиха. То, что остеопат называет костным поражением, а хиропрактик - подвывихом, на самом деле является "растяжением связок", то есть сморщенным состоянием соединительной ткани, образующей различные связки, которые соединяют позвонки вместе.

Растяжки лучше всего "исправлять" с помощью напрапатического "directos". Они отличаются от хиропрактических толчков тем, что направлены не на вправление подвывихнутых позвонков, а на растяжение определенных участков сморщенной соединительной ткани. Перевязки возникают не только в позвоночнике, но и в других частях тела.

Невропатия

Эта система манипулятивного лечения была основана в 1899 году докторами Джоном Арнольдом и Гарри Уолтером из Филадельфии. Джон Арнольд и Гарри Уолтер из Филадельфии. Их утверждения можно кратко изложить следующим образом: Болезнетворные вещества, яды и раздражители различных видов, воздействуя на сосудодвигательные нервы, которые контролируют кровеносные сосуды, вызывают аномальные изменения в кровообращении, которые, если их сохранить, в конечном итоге приводят к проявлениям болезни. Нервные импульсы, поступающие от пораженных частей тела, достигают спинного мозга и, как и все другие нервные импульсы, передаются по тем ветвям спинномозговых нервов, которые снабжают структуры (мышцы, кровеносные сосуды и т.д.) Вдоль каждой стороны позвоночника. Здесь эти импульсы вызывают аномальные изменения кровообращения, подобные тем, которые обнаруживаются в пораженных органах или частях тела.

Поскольку нервные импульсы передаются от пораженных органов к позвоночнику, очевидно, что их можно заставить двигаться и в обратном направлении. Невропатическое лечение, таким образом, состоит из манипуляций и тепловых аппликаций, которые направлены на коррекцию аномальных изменений кровообращения, обнаруженных в позвоночнике, тем самым исправляя соответствующие аномальные процессы в органах или частях, снабжаемых нервами, идущими из этой области позвоночника.

Эти люди также подчеркивали тот факт, что кровообращение в кровеносных сосудах, приводимое в движение сердцем, требует меньшего внимания во время болезни, чем циркуляция жидкостей в пространствах между клетками и через лимфатические сосуды и железы. Таким образом, невропатия также требует больших усилий при проведении манипуляций и тепловых воздействий на лимфатическую систему.

Нейротерапия

Хотя сторонники вышеупомянутых систем манипуляций на позвоночнике сильно различаются в своих теориях относительно причины заболевания и средств устранения такой причины, их методы лечения дают значительные доказательства удовлетворительных результатов. Это, по-видимому, наводит на мысль, что в каждой системе должна быть какая-то реальная ценность и что значительная разница между этими явно противоположными методами лечения заключается в заявлениях их сторонников. Сейчас будет показано, что, в конечном счете,

остеопатическое поражение позвоночника, хиропрактический подвывих и напратическая перевязка представляют собой одно и то же.

Естественная терапия достаточно широка, чтобы охватить все методы лечения, независимо от их источника, при условии, что они согласуются с фундаментальными законами лечения.

Поэтому постепенно, после того, как мы собрали конструктивные элементы из всех различных методов манипуляции, после значительного рассечения позвоночника и, прежде всего, после тщательного наблюдения за результатами, полученными в сотнях упорных острых и хронических случаев, мы, представители Школы естественной терапии, разработали нашу собственную систему манипуляций на позвоночнике и назвали ее нейротерапией.

Отношение нейротерапии к

Другие Манипулятивные Системы

Остеопатия, хиропрактика, напратия, нейротерапия и спондилотерапия, как мы узнали, представляют собой различные системы восстановительного лечения, которые были разработаны главным образом для коррекции повреждений позвоночника и других костей, усадки и контрактуры мышц, связок и других соединительных тканей.

Какими бы важными ни были эти методы при лечении острых и хронических заболеваний, сами по себе они недостаточны, поскольку имеют дело только с механическими причинами заболевания, а не с химическими, термическими или с ментальными и психофизиологическими факторами. Самое эффективное лечение позвоночника не может компенсировать негативные последствия несбалансированной диеты, которая содержит чрезмерное количество веществ, продуцирующих яды, и испытывает дефицит важнейших минеральных элементов или органических солей. Точно так же, как психотерапия и естественная диета не могут исправить повреждения костей, вызванные внешним насилием, так же точно невозможно вылечить начальное слабоумие, мономанию или одержимость или обеспечить организм железом, известью, натрием и т.д. Путем исправления повреждений позвоночника.

Проблема манипулятивных школ и их выпускников заключается в том, что они слишком строго придерживаются механической теории и лечения болезней; что они отвергают практически все естественные методы лечения, кроме манипулятивных, и что, что касается остеопатической школы, ее практикующие демонстрируют сильную тенденцию возвращаться к методам "Старой школы" медикаментозного и хирургического лечения. Это связано с тем, что при многих типах заболеваний манипулятивное лечение само по себе оказалось недостаточным для получения удовлетворительных результатов.

Чтобы воздавать должное нашим пациентам и не пренебрегать своей ответственностью по отношению к ним, мы должны использовать при лечении болезней все, что есть хорошего во всех естественных методах исцеления. В серьезных хронических случаях любой из этих методов, будь то диетическое питание, гидротерапия, массаж, лечение позвоночника, психотерапия или гомеопатия, сам по себе недостаточен для достижения удовлетворительных результатов или для получения их достаточно быстро.

Воспользуемся иллюстрацией: предположим, что для перемещения фургона, полного груза, требуется совместная сила шести лошадей, и предположим, что такое количество лошадей

имеется в наличии, не было бы глупо пытаться переместить груз с помощью одной, двух, трех, четырех или даже пяти лошадей? Разве здравый смысл не подсказал бы сэкономить время и силы, задействовав все шесть лошадей одновременно?

В естественной терапии каждый из различных методов лечения дополняется всеми остальными.

Манипулятивные школы целительства утверждают, что практически все заболевания вызваны механическими нарушениями позвоночного столба или мышц, связок и других соединительных тканей, вызванными ненормальным напряжением или травмой. Философия естественной терапии, с другой стороны, указывает на то, что большой процент таких спинальных и других механических повреждений являются вторичными проявлениями болезни, а не первопричинами; что острые или подострые воспалительные состояния внутри организма могут вызывать нервное раздражение и, следовательно, сокращение мышц и связок и, как результат, подвывих позвонков или других костных структур.

Напрапатическая теория болезней постулирует, что именно сжатие соединительных тканей, которые служат опорой и защитой для нервного вещества, содержащегося в нервных стволах и волокнах, вызывает нарушение нормального нервного снабжения клеток и тканей и, следовательно, нарушение функции и заболевание.

Философия естественной терапии указывает на тот факт, что это сморщивание соединительных тканей, окружающих нервные стволы и нити и пронизывающих их, вызвано определенными кислотами и другими патогенными веществами, которые вырабатываются при неправильном питании и неправильном выведении из организма, и что те же причины вызывают накопление отходов и болезненных веществ в тканях организма, которые по всей системе так же эффективно нарушают питание, дренаж и иннервацию клеток и тканей, как повреждения позвоночника и перевязки.

В то время как другие системы манипулятивного лечения почти полностью ограничиваются коррекцией повреждений костей и других соединительных тканей, так называемым "нажатием кнопки", нейротерапия, помимо этого, нацелена на другие очень важные результаты.

При заболевании ткани находятся либо в ненормально напряженном и сокращенном состоянии, либо в слабом, расслабленном. Функциональная активность либо гиперактивна, как при остром воспалении, либо вялая и неактивная, как при хронических атонических и атрофических состояниях. На эти крайности можно оказать мощное влияние и уравновесить их с помощью манипулятивного торможения, расслабления или стимуляции.

Например, во время острого приступа гастрита нейротерапевт будет оказывать сильное воздействие на нервы, питающие желудок. Это достигается путем глубокого и постоянного давления на нервы в том месте, где они выходят из спинномозговых отверстий (foramina). Это уменьшает приток крови и нервных токов к воспаленному органу и тем самым облегчает, но не подавляет воспалительный процесс и сопутствующие застойные явления и боль.

В случае крайнего напряжения в любой части системы расслабление сморщенных тканей может быть вызвано мягким, но настойчивым растяжением нервов и прилегающих мышц и связок способом, аналогичным прямому растяжению.

Когда жизненно важные органы и их функции слабы и неактивны или когда нервы, мышцы, связки и другие соединительные ткани находятся в расслабленном, атоническом или атрофическом состоянии, определенные стимулирующие движения, применяемые к нервам там, где они выходят из позвоночного столба, активизируют жизненно важные функции по всей системе.

Многие пациенты воображают, что такое манипулятивное лечение поверхностно. Для них это просто "растирание", и все кажется одинаковым. Они не понимают, что манипулятивная стимуляция, применяемая к нервам вблизи поверхности тела, проходит по всем их ответвлениям и нитям, подобно электричеству по сложной системе медных проводов, и таким образом достигает самых внутренних клеток и органов тела, делая их более живыми и активными. Эта внутренняя стимуляция жизнедеятельности достигается также хорошим массажем за счет возбуждения нервных окончаний по всей поверхности тела.

Фундаментальное различие между Нейротерапией и другими Манипулятивными системами

В следующих параграфах будет объяснено фундаментальное различие между нейротерапией и более старыми системами манипулятивного лечения. Более старые системы, такие же, как аллопатическая школа медицины, рассматривают острые заболевания как деструктивные процессы, опасные для здоровья и жизни; поэтому они стремятся как можно быстрее остановить или подавить их с помощью своих различных методов.

Нейротерапия на сегодняшний день является единственной системой манипулятивного лечения, которая основывает свою работу на фундаментальных законах естественной терапии. Согласно этим законам, каждое острое заболевание является результатом очищающих, целебных усилий Природы. Следовательно, нейротерапия будет подавлять острые процессы манипулятивным лечением не больше, чем лекарствами, льдом, антитоксинами, хирургическим вмешательством или любым другим методом подавления.

Для иллюстрации: Предположим, что спонтанно или в результате естественного образа жизни и лечения у пациента, страдающего хроническими запорами, несварением желудка и т.д., Развивается энергичное очищение, которое мы, приверженцы школы естественного лечения, сочли бы великолепным кризисом исцеления. При аллопатическом лечении, а также при лечении других манипулятивных школ такая острая реакция была бы немедленно подавлена. Этого можно очень легко достичь несколькими манипулятивными движениями, но это означало бы подавление очистительного кризиса исцеления, и это привело бы к возвращению пациента к его старому хроническому состоянию. Первопричины болезни должны быть устранены, прежде чем мы сможем вылечить хроническое заболевание и привести к нормальному состоянию организма.

Предположим, что манипулятивное лечение должно привести к мгновенному прекращению лихорадки. Это подавило бы очищающие, регенерирующие усилия Природы, пациент продолжал бы "накапливать" все больше вредных веществ (тем более, что в этих школах не учат важности естественной жизни), и было бы только вопросом времени, когда болезненные накопления в организме вызовут новые острые реакции, требующие дополнительных корректировок. Это может быть хорошо для практикующего врача; но что насчет пациента? В долгосрочной перспективе это может привести только к одному результату - хроническому заболеванию.

Глава XXXIII

Законный объем и естественные ограничения Ментального и метафизического Исцеления

В течение жизни последнего поколения люди более или менее ясно осознавали ошибочность медицины и хирургии "Старой школы". Они с большим подозрением относились к ортодоксальным теориям и практикам. От аллопатического "переусердствования" маятник качнулся к другой крайности метафизического нигилизма, к "недоработке" ментальных и метафизических систем лечения человеческих недугов.

Некоторые из этих систем и культов метафизического исцеления добились успеха и широкой популярности, и их последователи рассматривают это как доказательство того, что все утверждения и учения этих культов и "измов" основаны на абсолютной истине.

Однако глубокое понимание фундаментальных законов Лечения, как я объяснил их в этой книге, покажет, насколько их учения и практики основаны на истине и насколько они основаны на ошибочных предположениях.

Давайте тогда применим критерии, весы и меры философии естественного лечения для проверки истинной ценности утверждений метафизических целителей.

На протяжении веков людей воспитывали в убеждении, что почти каждое острое заболевание заканчивается смертельно, если пациента не накачать лекарствами или не прооперировать. Когда они, к своему удивлению, обнаруживают, что метафизические формулы или молитвы ментального целителя или христианского ученого "излечат" корь ребенка или оспу отца так же хорошо, а возможно, и лучше, чем пилюли и микстуры доктора Допема, они твердо убеждены, что ради них было совершено чудо, и сразу же становятся слепыми верующими и фанатичными последователями своих новых кумиров.

Они просто меняют одно суеверие на другое: веру в эффективность лекарств и хирургических операций на веру в чудотворную силу метафизической формулы, самопровозглашенного спасителя или культа, оупляющего разум и оупляющего волю. Их не учили, что каждая острая болезнь является результатом усилий природы по исцелению, и поэтому они не видят, что именно жизненная сила, внутренний врач, при благоприятных условиях излечивает корь и оспу так же легко, как восстанавливает сломанную травинку или излечивает раненого лесного оленя.

"Это именно то, что мы говорим", - восклицают целители и ученые. "Имейте безграничную веру в Внутреннего Бога, и все будет хорошо".

Верно, вера - это хорошо, но вера и дела лучше. Хотя мы не можем исцелять и давать жизнь, мы можем многими способами помогать внутреннему целителю. Мы можем учить и объяснять Законы Природы, мы можем устранять препятствия и мы можем сделать условия внутри пациента и вокруг него более благоприятными для действия целительных сил Природы.

Когда Великий Учитель сказал: "Идите вперед и больше не грешите, иначе с вами случится нечто худшее", он признал грех, или нарушение законов природы, основной причиной болезней и поставил здоровье в зависимость от соблюдения Закона. Необходимость соблюдения Закона во всех отношениях и на всех планах бытия еще сильнее подчеркивается в следующем:

"Ибо всякий, кто соблюдает весь закон и все же преступает в чем-либо, виновен во всем".

Скептик и поверхностный читатель может ответить: "Это высказывание совершенно неразумно. Украсть пенни - это не убийство; переедание не нарушает закон целомудрия; как же тогда возможно нарушить все законы, нарушив какой-то один из них?" Однако в этом кажущемся парадоксе есть более глубокий смысл, который делает его научно обоснованным.

Самоконтроль - вот и Весь Закон

Подчинение всем законам на всех планах бытия зависит прежде всего от самоконтроля. Таким образом, самоконтроль - это, в некотором смысле, полный закон, ибо человек не может нарушить ни один закон, если он не нарушит сначала этот фундаментальный Закон всех Законов. Это подразумевает, что деморализующий эффект греха или нарушения закона на любом из планов бытия зависит не столько от чудовищности содеянного, сколько от потери самоконтроля. Таким образом, продолжающееся ослабление самоконтроля в тривиальных вещах может в конечном итоге оказаться более разрушительным, чем убийство, совершенное в состоянии аффекта. Если нет достаточного самоконтроля, чтобы удержаться от чашки кофе или сигары, откуда возьмется сила воли, чтобы противостоять большим искушениям?

Воистину, отсутствие самоконтроля в мелочах - это "сухая гниль" души. Не является ли в таком случае несколько неразумным ожидать, что Бог или Природа изменят непреложные законы Природы по просьбе каждого целителя, чтобы спасти нас от естественных последствий переедания, употребления красного мяса, виски, курения, жевания табака, употребления наркотиков и тысячи и одного другого нарушения законов природы?

Несмотря на тончайшую метафизическую софистику, мы продолжаем обжигать пальцы в огне до тех пор, пока не узнаем достаточно, чтобы оставить это в покое. В этом заключается исправляющая цель того, что мы называем злом — страдания и болезни. Разумнее всего было бы не отрицать существование карающего жезла Матери-Природы, а избежать ее целебных шлепков, подчиняясь ее Законам.

А как насчет "Лекарств"?

Как в медицине, так и в метафизическом целительстве люди судят по поверхностным результатам, а не по реальным глубинным причинам. Обычный ответ на любую критику христианской науки или родственных методов лечения таков: "Может быть, это и хорошо, но посмотрите на результаты! Никто не может отрицать их чудесные исцеления" и т.д.

Давайте посмотрим, действительно ли в этих способах лечения есть что-то чудесное или сверхъестественное, или их можно объяснить простыми, естественными причинами.

В другой главе мы объясняем разницу между функциональным и органическим заболеванием и показываем, как при заболеваниях функционального типа жизненная сила, или целительная сила, которая всегда стремится установить нормальные условия и совершенный тип, может работать без посторонней помощи вплоть до восстановительных кризисов выздоровления и благодаря им устранять болезненные помехи из системы и восстанавливать нормальную структуру и функции.

Именно в подобных случаях метафизики достигают наилучших результатов просто потому, что Природа помогает себе сама.

С другой стороны, в случаях истинно органического типа, когда жизнеспособность низка и разрушение жизненно важных частей и органов достигло значительной степени, система больше не способна пробудить себя к самопомощи.

В таких случаях одной веры недостаточно для достижения результатов. Она должна подкрепляться всеми имеющимися в нашем распоряжении естественными методами лечения.

Целители работают с Законами , которые

Они Не Понимают

В ходе нашего критического анализа методов "Старой школы" мы обнаружили, что на сегодняшний день большая часть всех хронических заболеваний возникает из-за приема лекарств и хирургических вмешательств. Люди начинают заниматься врачеванием из-за мелких неприятностей, которые усугубляются с каждой дозой лекарства и каждой хирургической операцией, пока не заканчиваются большими неприятностями.

Удивительно ли, что состояние таких пациентов улучшается и что многие из них выздоравливают, когда их отучают от лекарств и ножа?

Метафизические целители невольно выполняют свою лучшую и наиболее полезную работу, потому что они побуждают своих последователей не подавлять острые заболевания и кризисы исцеления лекарствами и хирургическими операциями, тем самым позволяя им идти своим естественным путем в гармонии с фундаментальным законом естественного лечения, который гласит, что каждое острое заболевание является результатом очищающих и исцеляющих усилий Природы. Люди будут воздерживаться от подавляющего медикаментозного лечения под влиянием метафизических учений, которые апеллируют к любящему чудеса элементу в их природе, когда их не смогут убедить здравые рассуждения о природном лечении.

Таким образом, метафизики помогают Природе косвенно, невмешательством, и непосредственно, успокаивая страх и беспокойство, вселяя веру, надежду и самоуверенность. Часто они также помогают Природе, запрещая употребление табака, алкоголя и свинины и иным образом регулируя жизнь и привычки своих последователей.

Давайте рассмотрим проблему с другой точки зрения. Давайте предположим, ради аргументации, что средний человек в течение жизни проходит через дюжину различных заболеваний. Он выздоравливает после одиннадцати из них, независимо от метода лечения. Он умирает только после двенадцатого. И все же тот, кому довелось лечить первые одиннадцать болезней, утверждает, что вылечил их и, возможно, спас жизнь пациента, хотя на самом деле он очень часто выздоравливал вопреки лечению, а не благодаря ему.

Эти объяснения объясняют кажущиеся чудесными результаты метафизического исцеления. Если бы целители и христианские ученые объясняли свои методы лечения законами и принципами философии естественного лечения, тайна и чудо исчезли бы из их бизнеса.

"Вера без дел" Опасна

Вера в то, что Бог или Природа преодолеют естественные последствия нашего невежества, лени и порочности с помощью чудес, знамений и метафизики, или отрицание существования болезней, греха и страданий, неизбежно должны привести к интеллектуальному и моральному

застоя и вырождению. Я основательный и последовательный оптимист и энтузиаст новой мысли, но я не упускаю из виду тот факт, что в этом, как и во всем остальном, всегда таится опасность переусердствовать и переосмыслить добродетель в недостаток.

Величайшая опасность этого отвращения от старого пессимизма к современному оптимизму заключается в том факте, что энтузиаст Высшей мысли может выбить у себя из-под ног твердую почву реальности; что он может стать мечтателем, а не мыслителем и деятелем; и что он может ошибочно принять эгоистичный, эмоциональный сентиментализм за практическое милосердие и альтруизм.

Этот нездоровый эмоциональный подход "все-хорошо, зла-нет" слишком часто приводит к ослаблению личных усилий, притуплению чувства индивидуальной ответственности и, следовательно, к умственной и моральной атрофии; поскольку любая из наших волевых функций, способностей и способностей, которые мы не в состоянии реализовать, со временем притупляются и парализуются. Непредвзятые наблюдатели, близко соприкасающиеся с метафизиками, не могут не заметить пагубного воздействия их изощренной софистики на разум и характер.

Хроническая больная, которая несколько лет лечилась у целителя веры, воскликнула, когда мы дали ей различные инструкции по соблюдению диеты, купанию, дыхательным упражнениям и т.д.: "Как я рада, что вы даете мне занятие! Боюсь, я слишком долго полагалась на благодать Господа, ожидая, что Он выполнит за меня мою работу". Часто впоследствии, выздоравливая от пожизненных недугов, она выражала свое счастье и удовлетворенность тем, что сама делала что-то, что, по ее мнению, было рациональным и полезным, поскольку помогало исцеляющим усилиям Природы.

Мы твердо и полностью верим во влияние разума на материю, в тот факт, что вибрации физического плана посредством непрерывности создают соответствующие вибрации на ментальном и психоэмоциональном планах, и наоборот. Мы знаем, что в соответствии с этим законом все, что влияет на разум или нравственную жизнь человека, влияет также и на его физическое состояние; но вместо того, чтобы гипнотизировать умы наших пациентов противоречащими закону, отупляющими разум и волю догмами и формулами, мы усиливаем и гармонизируем их ментальные вибрации, апеллируя к разуму, обучая и объясняя законы природы вместо того, чтобы затемнять и отрицать их.

Чем умнее пациент, тем более восприимчивым он будет к таким нормальным внушениям, основанным на научной истине и на диктате разума и здравого смысла.

Хотя непротивление целительным усилиям Природы лучше, чем подавление лекарствами или ножом, есть нечто более полезное и рациональное, чем негативное отношение к болезням на физическом плане, принимаемое метафизическими культами исцеления. Это "что-то" - разумное сотрудничество с усилиями Природы по очищению и исцелению.

Там, где Старая Школа терпит неудачу из-за грехов совершения, Религиозные Школы терпят неудачу из-за грехов бездействия. Многие пациенты ежедневно приносятся в жертву фанатичному бездействию, в то время как их жизни могли бы быть спасены влажным компрессом или обтиранием холодной губкой, внутренней ванной, рациональной диетой, разумным голоданием, научными манипуляциями или каким-либо другим простым, но мощным средством естественного исцеления. Позволить пациенту умереть от жгучей лихорадки,

зависящей исключительно от эффективности молитв, формул и ментального настроения, когда влажные компрессы и холодное обтирание губками за несколько минут снизили бы температуру ниже опасной, - это непредумышленное убийство, даже если оно совершается во имя религии.

В нашей практике нередки случаи, подобные приведенному ниже: маленькая девочка, живущая по соседству с нашим учреждением, заболела дифтерией. Мать, ярая христианская ученая, вызвала нескольких целителей своего культа, но ребенку становилось хуже день ото дня, пока ложные оболочки в горле не начали душить ее до смерти.

Соседка по дому, которая была последовательницей естественного лечения, в конце концов вынудила мать обратиться к нам за советом, пригрозив уведомить городской департамент здравоохранения. В течение часа после применения компрессов на все тело и холодных обмываний кровь в достаточной степени откачалась из локального застоя в горле к поверхности тела, так что ребенок дышал легко и свободно, и с тех пор шло на поправку.

Другой пример: мужчина страдал ревматизмом седалищного нерва в течение пятнадцати лет. Он глотал ядовитые лекарства, но безрезультатно. В течение нескольких лет он проходил психиатрическое лечение, но страдания становились все более сильными.

Когда он обратился к нам за помощью, мы обнаружили, что правая тазовая кость (безымянная) сдвинулась вверх и назад. Несколько манипуляций вернули кость на прежнее место, и седалищный ревматизм был излечен.

В этом случае совместная концентрация и молитвы всех метафизических целителей на земле не привели бы к замене вывихнутой тазовой кости, что потребовало полной силы тренированного манипулятора.

Метафизики смогли бы совершить этот подвиг не больше, чем они смогли бы переместить своими умственными усилиями стофунтовую гирю с одного места на другое. Механические повреждения такого рода (а их много) требуют механической обработки.

Еще одним фактором, который сотнями и тысячами привлекает новообращенных в метафизические культы исцеления, является заложенный в природе человека инстинкт быстрого обогащения, желание получить что-то даром или с минимальными усилиями, насколько это возможно. В этом заключается соблазнительная притягательность старых наркотиков и современной метафизики. "Не имеет значения, как вы живете; когда вы попадаете в беду, бутылочка лекарства или метафизическая формула все исправят". Это звучит очень просто и многообещающе, но беда в том, что это не всегда срабатывает.

Наши предки были слишком пессимистичны; энтузиасты высшей мысли часто бывают слишком оптимистичны. В то время как первые отравляли свою жизнь и парализовывали данные им Богом способности мрачным страхом перед адским пламенем и проклятием, наши современные целители и ученые впали в другую крайность. Они говорят нам, что нет ни греха, ни боли, ни страданий. Если это правда, то также нет действия и противодействия, нет Закона Компенсации, нет личной ответственности, нет необходимости в самоконтроле, самопомощи или личных усилиях.

Идеал целителя верой - это идеал животного. Животное доверяет безоговорочно, оно обладает абсолютной верой; руководствуясь инстинктом, Богом или Природой, оно следует побуждениям

своих appetитов и страстей, не беспокоясь о том, правильно это или неправильно. Сегодня он действует так же, как и десять тысяч лет назад.

В человеке разум занял место инстинкта; мы должны думать и управлять самостоятельно. Мы свободные и ответственные моральные деятели. Если мы отрицаем это, мы отрицаем сами основы равенства, справедливости и правоты. Нам надлежит использовать таланты, данные нам Богом, изучать законы нашего бытия и соблюдать их в меру наших возможностей, чтобы просвещенный разум мог занять место животного инстинкта и вести нас к физическому, умственному и нравственному совершенству.

Глава XXXIV

Разница между функциональным и органическим заболеванием

Большая путаница в отношении излечимости хронических заболеваний различными методами лечения возникает из-за того, что люди не понимают разницы между функциональным и органическим хроническим заболеванием.

Например, существует близкое сходство между псевдо- и истинной локомоторной атаксией. Часто бывает трудно отличить функциональное заболевание легких от органического типа заболевания. В нашей практике несколько случаев психических расстройств, которые были диагностированы как истинный парез, оказались функционального типа и при естественном лечении быстро выздоравливали.

Функциональные заболевания могут выглядеть очень серьезно и иметь внушающие благоговейный трепет греческие или латинские названия, но при этом легко поддаваться естественным методам ведения жизни и лечения.

Однако при заболеваниях органической природы правильного образа жизни и самолечения обычно недостаточно для получения удовлетворительных результатов. В таких случаях должны применяться все формы активного и пассивного лечения, и даже в этом случае часто бывает трудно, а иногда и невозможно добиться излечения.

Хронические заболевания функционального характера развиваются, когда здоровый в остальном организм насыщается и засоряется пищевыми и лекарственными ядами до такой степени, что эти загрязнения препятствуют свободному циркулированию крови и нервных токов, а также нормальному функционированию клеток, органов и тканей организма.

Такие корпуса напоминают часы, которые теряют время из-за того, что их механизмы покрыты пылью. Все, в чем нуждаются такие обремененные отходами часы или корпус для восстановления нормальных функций, - это хорошая чистка. Чисто пищевая диета, голодание, систематические физические упражнения, глубокое дыхание, холодные ванны и правильный настрой ума обычно достаточны для выполнения этой физической уборки в доме и восстановления идеального здоровья.

Функциональные расстройства легко поддаются различным формам метафизического лечения. Избавьте таких пациентов от ослабляющего и разрушительного воздействия ядовитых лекарств и хирургических операций, замените страх и беспокойство мужеством и верой, и результаты часто кажутся чудесными тем, кто не понимает силу очищающего и стимулирующего воздействия чистой жизни и правильного ментального настроя.

Однако при заболеваниях органического типа хороших результатов достичь не так-то легко. Организм, пораженный органическим заболеванием, напоминает часы, механизм которых был поврежден и частично разрушен ржавчиной и разъедающими кислотами. В таком случае одной чистки и смазки будет недостаточно для приведения часов в рабочее состояние. Часовщик должен заменить поврежденные детали.

Это достаточно просто в случае с часами, но не так легко сделать в человеческом теле. Кроме того, во многих случаях разъедающие кислоты являются теми самыми лекарствами, которые давались для лечения болезни, а травмы и разрушение жизненно важных частей и органов слишком часто являются прямым или косвенным результатом хирургических операций.

Часовщик может удалить те части часов, которые имеют органические повреждения, и заменить их новыми. Хирург не может этого сделать. Он может искоренить, но не может заменить. Оперативное лечение навсегда оставляет организм в изуродованном и, следовательно, несбалансированном состоянии и часто предотвращает природные кризисы очищения и заживления и срывает их.

Ограничения метафизического Исцеления

В трудах метафизических целителей мы часто встречаем утверждение, что они могут излечивать органические заболевания так же легко и быстро, как функциональные недуги. Если бы они лучше понимали разницу между функциональными и органическими расстройствами, как описано на предыдущих страницах, они бы не делали таких обманчивых и экстравагантных заявлений. Тогда они осознали бы естественные ограничения метафизического исцеления.

Я не недооцениваю огромную ценность методов ментального, метафизического и духовного исцеления. О них я расскажу более подробно в последующих главах. Но я утверждаю, что мы можем и должны помогать усилиям Природы по исцелению не только правильным настроением ума и молитвой веры, но и естественным образом жизни и множеством различных методов физического лечения.

Одним умственным настроем часы не почистишь. Недостаточно сосредоточиться на уборке дома без использования веника, мыла и воды. Разум и здравый смысл учат нас, что устранение физических, материальных помех может быть, мягко говоря, ускорено использованием физических или физиологических средств. Любой, кто наблюдал или сам испытал эффективность естественного питания, лечения холодной водой, массажа и остеопатии в борьбе с болезненными накоплениями в организме, никогда больше не будет недооценивать практическую ценность этих "веников".

В нашем исследовании природы и назначения острых заболеваний мы обнаружили, что Природа пытается очистить организм от его болезненных загрязнений посредством воспалительных, лихорадочных процессов (острые заболевания) и что эти усилия природы по очищению обычно предотвращаются, сдерживаются и подавляются аллопатическими методами медицинского и хирургического лечения и, таким образом, превращаются в хронические заболевания.

Метафизические целители отказываются от этих подавляющих методов лечения и позволяют острым природным усилиям по очищению и заживлению идти своим естественным чередом. Таким образом, они извлекают выгоду из фундаментальных законов лечения, не понимая их.

Острая болезнь, само существование которой они отрицают, на самом деле является лекарством.

Более того, рациональное ментальное и метафизическое лечение активно поддерживает усилия Природы, вытесняя ослабляющие и парализующие вибрации страха расслабляющими и бодрящими вибрациями надежды, уверенности и веры в превосходство целительных сил Природы. При этих благоприятных условиях организм пробудится к очищающим и конструктивным кризисам исцеления (химизации христианской науки) и благодаря им устранил болезненные помехи и восстановит нормальную структуру и функции.

В то время как функциональные расстройства почти в каждом случае достаточно легко поддаются естественным методам жизни и лечения, а также правильному психологическому настрою, с органическими заболеваниями дело обстоит иначе.

Когда отходы жизнедеятельности, птомаины или ядовитые алкалоиды и кислоты, вырабатываемые в организме в результате неправильного питания и других нарушений законов природы, вызывают разрушение и коррозию жизненно важных частей и органов — когда вывихи и подвывихи костных структур или новообразования и скопления в виде опухолей, камней или гравия закупоривают кровеносные сосуды и нервные токи, перекрывают поступление жизненно важных жидкостей и, таким образом, вызывают недоедание и постепенный распад тканей — когда вдобавок к этому организм был отравлен или искалечен лекарствами и хирургическими операциями, тогда его очистка и восстановление становится утомительной и трудной задачей.

Необходимо не только очистить механизм тела и освободить его от препятствующих и разрушающих материалов, но и восстановить поврежденные части, растворить и устранить болезненные наросты и аномальные образования, а также исправить повреждения в костных структурах с помощью манипулятивного лечения.

При органических заболеваниях жизнеспособность обычно настолько низка, а разрушение настолько велико, что организм не может пробудиться к самопомощи. Даже прекращения подавляющего лечения и стимулирующего воздействия ментальной и метафизической терапии недостаточно для того, чтобы вызвать восстановительные кризисы исцеления. Этого можно достичь только за счет комбинированного воздействия всех естественных методов жизни и лечения.

Именно в подобных случаях метафизическое исцеление и гигиеничный образ жизни обнаруживают свои ограничения. Такие органические дефекты требуют систематического лечения всеми методами, активными и пассивными, которые могут предоставить лучшие природные санатории. Получение удовлетворительных результатов может быть медленной и кропотливой работой, и если жизнеспособность слишком низка или разрушение жизненно важных частей и органов зашло слишком далеко, даже лучшая и наиболее полная комбинация естественных методов лечения может не привести к излечению.

Однако это может быть определено только справедливым испытанием естественных методов. Силы природы всегда готовы отреагировать на настойчивые, систематические усилия в правильном направлении, и когда жизненных сил достаточно для поддержания жизни, их, вероятно, будет достаточно для очищения и реконструкции организма и, со временем, для улучшения состояния и излечения.

Это, таким образом, объясняет, почему при органических типах заболеваний одних метафизических методов лечения недостаточно. По крайней мере, половина пациентов, обратившихся к врачу Nature Cure, добросовестно пробовали эти методы, но безуспешно, но неудачи легко оправдываются отсутствием веры, неправильным ментальным настроением или чем-то еще, что не так с самим пациентом или его окружением.

По нашему опыту работы с пациентами, которые ранее добросовестно пробовали метафизические методы исцеления, но безрезультатно, мы иногда сталкиваемся лицом к лицу с любопытной и забавной стороной человеческой природы. По мере того как состояние наших пациентов улучшается благодаря естественному режиму и лечению, они постепенно возвращаются к своей первой любви и приписывают положительные эффекты естественного лечения лучшему пониманию "Науки". Когда здоровье и силы возвращаются, они говорят: "Раньше я просто не знал, как применять Науку, но теперь я знаю, и именно поэтому я становлюсь лучше".

Я полагаю, что эта форма самообмана, которую мы часто наблюдали, связана с тем фактом, что люди чувствуют себя польщенными мыслью о том, что Провидение проявило особый интерес к их случаю и вылечило их чудесным вмешательством. Гораздо интереснее излечиться с помощью какого-нибудь оккультного принципа, чем с помощью диеты и холодной воды.

Несомненно, именно этот любящий чудеса элемент в природе человека делает метафизическое исцеление намного более популярным, чем простое естественное лечение, основанное на здравом смысле.

Не так давно профессор Мюнстерберг исследовал заявления христианских ученых о том, что они постоянно излечивают болезни органического типа. Он сообщил о своих открытиях в серии статей в журнале McClure's Magazine (1908), заявив, что он лично исследовал сто случаев, которые, как утверждается, были излечены Христианской наукой, и обнаружил, что девяносто два из них были функционального типа, в то время как восемь, как утверждалось, были органическими, но ни в одном случае это не могло быть доказано вне всякого сомнения.

Глава XXXV

Двойственное Отношение Разума и Души

Ниже приводится выдержка из письма, присланного мне читателем моих статей в ~ Журнале Nature Cure.~

"Иногда ты говоришь, что мы должны полагаться на наши собственные личные усилия, а в другое время ты учишь зависимости от высшей силы. Для меня это противоречиво и сбивает с толку. Я не могу понять, как последовательно мы можем делать и то, и другое одновременно. Что правильно? Что лучше - полагаться на нашу собственную силу и наши личные усилия или на "Высшую Силу"?"

Аналогичные запросы поступали и от других друзей. Сейчас я попытаюсь ответить на эти и другие вопросы.

В учениях философии естественного лечения, касающихся физических и метафизических методов лечения человеческих недугов, нет ничего противоречивого или несовместимого. Как независимые, так и зависимые установки ума и души хороши и истинны, и их можно

поддерживать в одно и то же время. Нам необходимо полагаться на наши собственные личные усилия в выполнении требований разума и здравого смысла. Но это не должно мешать нам молиться и уверенно ожидать большего притока жизненной силы и интуитивного различения из Источника всего разума и силы в самых сокровенных уголках нашего существа.

Это двоякое отношение разума и души оправдано не только разумом и интуицией, но и анатомическим строением человеческого организма и его физиологическими и психологическими способностями.

Деятельностью человеческого организма управляют две различные системы нервов - симпатическая и двигательная. Симпатическая нервная система является транспортером жизненной силы к органам и клеткам тела. Что это за жизненная сила и откуда она в конечном итоге берется, мы не знаем. Это проявление того, что мы называем Богом, Природой, Жизнью, Высшей Силой или Божественным Внутри.

Работа сердца, циркуляция крови, дыхание, пищеварение, усвоение пищи, выведение из организма и все другие произвольные действия и функции человеческого организма контролируются посредством симпатической нервной системы. Природа самой управляющей силы нам неизвестна. Мы знаем, что она в высшей степени могущественна, разумна и доброжелательна.

Чем больше мы изучаем анатомию, физиологию и психологию человеческого организма, тем больше удивляемся его поразительной сложности и оригинальности структуры и функций. Каждое мгновение в наших телах совершаются бесчисленные механические, химические и психологические чудеса. Кто или что совершает эти чудеса? Мы не знаем. И все же каждое мгновение нашей жизни зависит от бесконечной заботы и мудрости этого неведомого разума и силы.

Почему же тогда мы не должны доверять Тому, Кто так предан? Почему бы нам не попросить помощи у Того, Кто так могуществен? Почему бы не искать просветления у Того, кто так мудр и так доброжелателен?

Однако не все человеческое существо зависит от управляющей силы, и не все его функции являются произвольными. В доме, подготовленном Божественным Разумом, обитает суверен, обладающий собственным правом и собственной мощью. Он наделен свободой желаний, выбора и действий. Он создает в своем мозгу нервные центры, которые контролируют произвольную деятельность тела, и из этих мозговых центров он посылает свои команды по волокнам двигательных нервов к произвольным мышцам и заставляет их выполнять его приказы; некоторым он приказывает ходить, другим смеяться, есть, говорить и т.д.

Этот независимый принцип в человеке мы называем эго, индивидуальным разумом. Оно воображает, желает, обосновывает, планирует и осуществляет, силой свободной воли и независимого выбора, свое собственное спасение или гибель, физически, ментально, морально и духовно. Посредством двигательной нервной системы этот мыслитель и деятель направляет и контролирует из центра в мозге все произвольные функции, способности и силы человеческого организма.

Эта часть человеческого существа может развиваться и прогрессировать только благодаря своим собственным сознательным и добровольным личным усилиям.

В этом Человек отличается от животного создания. Животное способно позаботиться о себе вскоре после рождения. Он наследует уже полностью развитые мозговые центры для контроля функций организма, которые новорожденный человек должен развивать медленно и кропотливо путем терпеливых и настойчивых усилий в течение многих лет.

По волевым способностям и способностям новорожденный младенец обладает немногим большим, чем простейшее одноклеточное животное, то есть практически все, что он может делать, - это нюхать и глотать пищу. Его полушария головного мозга пока еще представляют собой чистые листы, которые должны быть постепенно исписаны его сознательными и произвольными усилиями. Прежде чем он сможет думать, рассуждать, говорить, ходить или делать что-либо еще, он должен сначала развить в своем мозге специальные центры для каждой из этих произвольных способностей и функций.

Благодаря этим настойчивым личным усилиям разум, воля и самоконтроль постепенно развиваются; в то время как животное, наследственно наделенное способностями и функциями, необходимыми для поддержания жизни, не имеет возможности для развития высших способностей и способностей и поэтому остается безответственным автоматом, который не может нести ответственность за свои действия.

Резюмирую: свобода выбора и действий отличает человека от животного. В животном царстве способность рассуждать и свобода действий находятся в узких пределах наследственности и инстинкта, в то время как Человек, благодаря своим личным усилиям, способен к неограниченному физическому, умственному, моральному и духовному развитию, как здесь, так и в будущей жизни. Мы намеренно говорим "физически", поскольку в духовных сферах, в жизни после смерти, физическое (духовно-материальное) тело также способно разрушаться или становиться все более утонченным и украшенным.

Благодаря правильному использованию своих волевых способностей Человек может стать хозяином самого себя и своей судьбы.

Таким образом, мы обнаруживаем, что человеческий организм состоит из двух различных частей или отделов, один из которых действует независимо от эго и черпает свою движущую силу из неизвестного источника, а другой находится под сознательным и добровольным контролем эго.

Эта двоякая природа человеческого существа оправдывает двоякое отношение разума и души: с одной стороны, молитвенную и верную зависимость от той таинственной силы, которая вливается в нас и управляет нами через симпатическую нервную систему, а с другой стороны, сознательное и добровольное господство над различными способностями и мощностями, которыми наделила нас Природа.

Поддерживать оба отношения, как зависимое, так и независимое, - наша привилегия и наш долг. Желание и воля планировать, выбирать и осуществлять принадлежат нам, но в том, что касается силы для осуществления, мы зависим от Высшего Источника.

Глава XXXVI

Симфония жизни

Человеческая жизнь представляется мне великим оркестром, в котором мы являемся игроками. Великое произведение, которое будет исполнено, - это "Симфония жизни", бесконечное множество диссонансов и мелодий в которой сливаются в одну колоссальную тональную картину гармонии и величия. Мы, исполнители, должны изучать законы музыки и партитуру Великой Симфонии, и мы должны усердно и настойчиво практиковаться, пока не сможем безошибочно играть свою роль в гармонии с концепциями Великого Композитора. В то же время мы должны научиться поддерживать наш инструмент, тело, в наилучшем возможном состоянии; ибо величайший артист, наделенный глубокими знаниями законов музыки и владеющий самой совершенной техникой, не может извлекать музыкальные и гармоничные звуки из инструмента с расслабленными или перенапряженными струнами, или с корпусом, заполненным мусором.

Артист должен усвоить, что инструмент, его материал, конструкция и уход за ним так же подчиняются закону, как и гармоника партитуры.

В конечном счете, все является вибрацией, действующей во вселенских эфирах и на них, которые считаются изначальной субстанцией. Возможно, сами эфиры являются модусами вибрации.

То, что созидательно, является гармоничной вибрацией. То, что разрушительно, является негармоничной или диссонирующей вибрацией.

Против этого можно возразить, что деволюция имеет свои гармоника так же, как и эволюция, что каждая симфония состоит как из диссонансов, так и из гармоний. На это я отвечаю: "Истинная гармония может только из-за отсутствия изменений стать монотонной; но одни лишь диссонансы никогда не создадут мелодию, гармонию, здоровье или счастье".

Как артист стремится к вибрационной гармонии между своим инструментом и гармониками вселенной звуков, так и человек, стремящийся к здоровью, должен стремиться установить вибрационный унисон между материальными элементами своего тела и Природными гармониками здоровья в физической вселенной.

Атомы и молекулы в дереве и струнах скрипки, а также издаваемые ими звуки представляют собой формы движения или вибрации. Чтобы извлекать музыкальные и гармоничные ноты, вибрационные состояния физических элементов скрипки должны находиться в гармоничной вибрационной взаимосвязи с природными гармониками во вселенной звука.

Элементы и силы, составляющие человеческое тело, также являются вибрационными по своей природе, такими же, как материальные элементы скрипки. Их также необходимо поддерживать в определенном хорошо сбалансированном химическом сочетании, механической регулировке и физической доработке, прежде чем они смогут вибрировать в унисон с природными гармониками в физической вселенной и, таким образом, создавать гармонии здоровья, силы и красоты.

Если наш инструмент расстроен, или если мы по незнанию или намеренно настаиваем на том, чтобы играть по-своему, независимо от партитуры, мы создаем диссонансы не только для себя, но и для наших собратьев по великому оркестру жизни.

Грех, болезнь, страдание и зло - это не что иное, как диссонансы, порожденные невежеством, безразличием или злобой игроков. Поэтому мы не можем приписывать жизненные неурядицы Великому Композитору. Они созданы нами самими и будут длиться до тех пор, пока мы отказываемся разучивать свои партии и играть их в соответствии с Великолепной Партитурой. Ибо только так мы можем надеяться овладеть искусством и наукой правильной жизни и наслаждаться гармонией покоя, самодовольства и счастья.

Глава XXXVII

Тройственное строение человека

Следующая диаграмма и сопровождающие ее пояснения послужат иллюстрацией "Трех планов Бытия", соответствующего "Тройственного строения человека", и их аналогии с художником и его инструментом.

Тройственное строение человека

~Планы Бытия~

~Тройственное строение человека~

~Аналогия~

Психический или Моральный

Душа

Музыка, законы гармонии

Ментальный

Разум

Игрок

Материал

Тела

(Физическое и Духовное)

Скрипка

Человек живет и функционирует на трех различных планах бытия: физико-материальном и духовно-материальном, ментальном и душевном (психическом или моральном) планах.

Он может быть болен на любом из этих планов. Истинный врач должен искать причины болезни и методы лечения на всех трех планах бытия.

Врач-чисто материалистический врач концентрирует все свои исследования и усилия на физико-материальном плане бытия. Для него ментальные, духовные, психические и моральные явления - это просто химические и физиологические действия и реакции мозга и нервной

субстанции. У него нет ничего, кроме презрения и насмешек к человеку, который верит в духовное тело или душу или знает о них.

Он подобен художнику, который говорит: "Моя скрипка - это все, что есть в музыке. Искусство музыканта заключается в поддержании своего инструмента в хорошем состоянии. Техника и законы гармонии - это вопрос воображения и суеверных верований".

С другой стороны, ментальные целители, христианские ученые и целители веры концентрируют все свои усилия либо на ментальном плане, либо на плане души, часто не делая различия между ними. При лечении болезней они игнорируют условия и потребности физического тела, а некоторые из них даже отрицают его существование.

Эти метафизики подобны художнику, который посвящает все свое время и энергию изучению и практике техники, контрапункта и гармонии, пренебрегая своим инструментом и не обращая внимания на то, вышел ли из строя его механизм или внутри него полно мусора. Его знание законов гармонии и его исполнение могут быть очень совершенными; но когда его инструмент расстроен и не в порядке, он будет создавать диссонансы вместо гармонии.

Истинный художник понимает, что РАЗУМ, игрок, должен изучать ДУШУ, гармоники; и что разум также должен иметь свой инструмент, ТЕЛО, в идеальном состоянии, чтобы идеально и художественно интерпретировать гармонию симфонии жизни. Точно так же врач, занимающийся лечением природой, будет искать причины болезней и средства излечения на материальном, ментальном и психофизическом планах бытия.

Так более высокая цивилизация и более обширные знания вернут нас к естественной простоте примитивных рас, где врач и священник - одно целое.

В конце концов, физическое здоровье является наилучшей возможной основой для достижения психического, нравственного и духовного здоровья. Любое строительство начинается с фундамента. Мы не подвешиваем сначала шпиль в воздухе, а потом строим церковь под ним. Точно так же строительство храма человеческого характера должно начинаться с закладки фундамента физического здоровья.

Мы знали людей, которые достигли высокого интеллектуального, нравственного и духовного развития, а затем потерпели полное кораблекрушение физически, умственно и во всех других отношениях, потому что по неведению нарушили законы своей физической природы.

Есть и другие, которые верят, что обладание оккультными знаниями и достижение мастерства дают абсолютный контроль над силами Природы и явлениями на физическом плане. Эти люди верят, что человек не является мастером, если он чудесным образом не исцеляет всевозможные болезни и не воскрешает мертвых.

Если бы такие вещи были возможны, они ниспровергли бы Законы причины и следствия и Компенсации. Они отменили бы основные принципы морали и созидательной духовности. Если возможно в одном случае исцелить болезнь и победить смерть по указанию учителя, то это должно быть возможно во всех случаях. Если это так, то мы можем игнорировать существование законов природы, в полной мере потакать своим аппетитам и страстям, и когда естественные результаты наших проступков настигнут нас, мы можем обратиться к целителю или мастеру, и наши болезни будут удалены мгновенно и безболезненно, как больной зуб.

Я говорю это со всем должным почтением и верой в действенность истинной молитвы и с полным знанием целительной силы терапевтической веры, но я не верю, что Бог, или Природа, или учитель, или метафизические формулы могут или будут чудесным образом исправлять неизбежные результаты наших нарушений законов природы, управляющих нашим существом.

Если бы такое чудесное исцеление было возможно и происходило часто, какой был бы повод для проявления разума, воли и самоконтроля? Что стало бы с научной основой морали и созидательной духовности?

Все это приводит нас к следующим выводам:

"Если на этическом, моральном и духовном планах бытия действует созидательный принцип Природы, с которым мы должны согласовывать себя и которому мы должны сообразовывать нашу сознательную и добровольную деятельность, чтобы достичь самореализации, самодостаточности, индивидуальной завершенности и счастья, то этот созидательный принцип должен действовать также в наших физических телах и в связанных с ними физической, ментальной и эмоциональной деятельности. Если созидательный принцип активен как в физической, так и в моральной и духовной сферах, тогда установленная гармоническая взаимосвязь физического с созидательным законом его существования должна составлять нравственность физического; и из этого следует, что достижение здоровья на физическом плане в такой же степени находится под нашим сознательным и добровольным контролем, как и осуществление нашего индивидуального спасения на высших планах жизни".

Резюмирую:

Во-первых, наше благополучие на всех планах и во всех жизненных отношениях зависит от существования, признания и практического применения великих фундаментальных законов и принципов, которые только что были объяснены.

Второе: физическое здоровье, как и моральное здоровье, мы создаем сами. Мы несем личную ответственность не только за наше собственное физическое и психическое здоровье, но и за моральную ответственность за наследственные склонности нашего потомства к здоровью или болезням.

Третье: достижение физического здоровья путем соблюдения законов Природы является такой же частью Великой Работы, как и наше этическое, моральное и психическое развитие.

Единство и преемственность Закона

То, что мы называем Богом, Природой, Творцом или Вселенским Разумом, является великой центральной причиной всех вещей, и вибрационная деятельность, производимая или исходящая из этой центральной или первичной причины, продолжается во всех сферах жизни, подобно тому, как световые волны солнца, луны и неподвижных звезд проникают через промежуточные сферы жизни на наш план земли. Следовательно, все силы, законодательства и принципы, которые проявляются на нашем плане, исходят и продолжают от самого внутреннего Божественного до самого внешнего плана физической природы. Это объясняет непрерывность, стабильность и соответствие на всех планах бытия того, что мы называем Естественным Законом. Другими словами, "Естественный закон - это установленная

гармоническая взаимосвязь следствий и явлений с их причинами и всех частных причин с единой великой первопричиной всех вещей".

Глава XXXVIII

Психотерапия

Новая психология и наука ментального и духовного исцеления учат нас, что низшие принципы в Человеке находятся или должны находиться под властью высших. Физическое тело с его материальными элементами находится под властью разума и направляется им. Разум вдохновляется внутренним сознанием, которое является атрибутом души. Душа человека находится в общении со Сверхдушой, которая является Источником всей жизни и всего разума, оживляющего вселенную.

Везде, где этот естественный порядок нарушается, возникают разногласия или болезни. Слишком много людей думают и действуют так, как будто физическое тело - это все во всем, как будто это единственное, о чем стоит заботиться и думать. Они преувеличивают важность физического и становятся его жалкими рабами.

Физическое тело - это самый низкий и наименее разумный из различных принципов, составляющих человеческое существо. И все же люди позволяют ощущениям физического тела управлять своим разумом и душой и внушать им ужас.

Когда слуги в доме контролируют хозяина и наводят на него ужас, когда хозяин становится их рабом, и они могут делать с ним все, что им заблагорассудится, в этом доме не может быть порядка и гармонии.

Мы должны ожидать тех же результатов, когда низшие принципы в Человеке господствуют над высшими. Когда физическая слабость, болезнь и боль наполняют разум страхом и смятением, разум затуманивается, воля атрофируется и теряется самоконтроль.

Каждая мысль и каждая эмоция оказывают прямое воздействие на физические составляющие тела. Ментальные и эмоциональные вибрации становятся физическими вибрациями и структурами. Разлад в уме преобразуется в физическое заболевание тела, в то время как гармонии надежды, веры, жизнерадостности, счастья, любви и альтруизма создают в организме соответствующие вибрации здоровья.

Замечали ли вы когда-нибудь, как написанные или напечатанные ноты музыкального произведения или перфорации на бумажной нотной ленте автоматического проигрывателя расположены в виде симметричных и геометрических фигур и групп? Сухой песок, посыпанный на крышку пианино, на котором создаются гармоничные сочетания тонов, демонстрирует тенденцию выстраиваться в симметричные узоры.

Здесь вы видите наглядную иллюстрацию преобразования гармоничных звуковых вибраций, которые выражают гармонику эмоций души, в соответствующие гармоничные расположения и конфигурации в физическом материале бумажного рулона.

Нагромождение звуковых диссонансов, если их воспроизвести на нотной ленте, представляло бы собой хаотичное нагромождение перфораций.

Таким образом, чисто ментальное и эмоциональное преобразуется в соответствующие диссонансы или гармонии в физическом.

Как отверстия на бумажном нотном рулоне располагаются симметрично или без симметрии и порядка, в строгом соответствии с гармониями или диссонансами композиции, так и атомы, молекулы и клетки физического тела группируются в нормальные или аномальные структуры здоровья или болезни в точном соответствии с гармоничными или диссонирующими вибрациями, передаваемыми им с ментального и эмоционального планов.

Еще одна иллюстрация: Две скрипки, покидающие мастерскую производителя, совершенно одинаковы по материалу, структуре и качеству звучания. Один из двух инструментов постоянно используется новичками и людьми, неспособными извлекать чистые ноты. Другой переходит в руки художника, который понимает, как наилучшим образом использовать инструмент, и извлекает из него только те музыкальные тона, которые соответствуют высоте звука и качеству.

Через несколько лет снова сравните две скрипки. Вы обнаружите, что тот, который использовался tyros в музыке, ухудшил свои музыкальные качества, в то время как тот, что был в руках художника, значительно улучшил качество и чистоту тона. В чем причина? Атомы и молекулы в древесине этих двух инструментов сгруппировались в соответствии с диссонансами или гармониями, которые были получены от них.

Если такая перегруппировка атомов возможна в мертвой древесине, насколько легче должно быть приспособление атомов, молекул и клеток к диссонирующему или гармоничному вибрационному воздействию в живом, пластичном и текучем человеческом организме!

То же, что гармония для музыки, надежда, вера, жизнерадостность, счастье, сочувствие, любовь и альтруизм для вибрационных состояний человеческого существа. Эти эмоции соответствуют конструктивному принципу в Природе. Они гармонизируют физические вибрации, расслабляют ткани и широко открывают их для притока жизненной силы.

Сведенборг верно говорит: "Тепло жизни - это тепло божественной любви, пронизывающей и оживляющей вселенную". Чем больше у нас надежды, веры, любви и родственных им эмоций, тем больше мы открываемся для притока и действия жизненных энергий. Добродушный, жизнерадостный, отзывчивый человек более живой, чем раздражительный, угрюмый или эгоистичный индивидуум.

Повседневным опытом снова и снова доказывается, что психические и эмоциональные состояния положительно влияют на химический состав тканей и выделений организма. Разрушительные эмоции страха, беспокойства, гнева, ревности, мстительности, зависти и т.д. На самом деле отравляют жидкости и ткани организма. Укус разъяренного человека может вызвать заражение крови и оказаться таким же смертельным, как укус бешеной собаки. Внезапный страх, гнев или любая другая разрушительная эмоция у кормящей матери могут вызвать болезнь или даже смерть младенца.

В психологических лабораториях научно проведенными экспериментами было обнаружено, что под влиянием разрушительных ментальных и эмоциональных состояний в выделениях организма увеличивается количество болезнетворных и ядовитых элементов.

Эгоизм, страх и беспокойство сужают и закупоривают кровеносные сосуды, нервные волокна и другие каналы, по которым жизненные силы передаются от глубочайшего источника жизни к различным частям и органам физического тела. Течение жизненных потоков затруднено и уменьшено. Таковы действительные физиологические эффекты страха, тревоги и эгоизма на физический организм.

Человек, находящийся под влиянием сильного страха, и человек, подвергшийся замораживанию, имеют одинаковый внешний вид. В обоих случаях смерть может наступить в результате замерзания тканей и прекращения жизненных потоков. Человек, страдающий привычкой беспокоиться, не может умереть внезапно, как тот, кого обуял сильный и внезапный страх. Тем не менее, вибрации страха и беспокойства, поддерживаемые постоянно, несомненно, будут препятствовать притоку жизненной силы и уменьшать его, снижая жизнеспособность и, следовательно, сопротивляемость вторжению влияний, враждебных здоровью организма.

Клетки в теле отрицательны, или, по крайней мере, они должны быть отрицательными по отношению к позитивному разуму. Отношение разума к клетке должно быть таким же, как у гипнотизера к субъекту. Если бы разум не мог осуществлять такой абсолютный контроль над клетками и группами клеток, мы не смогли бы ходить, говорить, писать, уклоняться от опасности и т.д. С почти автоматической легкостью.

Клетки не способны рассуждать об истинности или неистинности внушений, передаваемых им разумом. Они безоговорочно принимают его подсказки и действуют соответственно.

Таким образом, если ум постоянно думает, скажем, о желудке как о находящемся в тяжелом состоянии, неспособном выполнять свою работу должным образом, ментальные образы слабости и болезни с сопровождающими их вибрациями страха передаются по эфферентным нервам клеткам желудка, и они становятся все более и более ослабленными и больными из-за разрушительных вибраций, посылаемых им разумом.

Я часто советую своим пациентам приобрести книгу по анатомии и физиологии, изучить и постоянно держать перед мысленным взором нормальную структуру и функции здорового желудка, или печени, или любого другого органа, который может быть задействован в том или ином конкретном случае.

Позитивные Утверждения

Это объясняет, почему утверждения о здоровье оправданы перед лицом болезни. Сначала необходимо установить в сознании состояние здоровья, прежде чем его можно будет передать клеткам и запечатлеть в них.

Благополучие человеческого организма в целом зависит от здоровья миллиардов мельчайших клеток, из которых он состоит. Эти клетки настолько малы, что их приходится увеличивать в несколько сотен раз под мощным микроскопом, прежде чем мы сможем их увидеть. Тем не менее, они являются независимыми живыми существами, которые растут, усваивают пищу, размножаются и умирают подобно большой клетке, Человеку.

Эти маленькие клетки объединяются в сообщества, которые формируют органы и ткани организма, и в этих сообществах они выполняют сложную деятельность граждан, живущих в

большом городе. Некоторые из них являются переносчиками, доставляющими пищевые материалы к тканям и органам или переносящими отходы жизнедеятельности и болезнетворные вещества в выделительные каналы организма. Другие клетки производят химические вещества, такие как сахар, жиры, ферменты, гормоны и т.д., для производства которых человеку требуются сложные фабрики. Третьи действуют как полицейские и солдаты, которые защищают содружество от бактерий, паразитов и других враждебных захватчиков.

Изумительная работа, выполняемая этими маленькими организмами, а также наблюдения, сделанные в анатомическом кабинете и под микроскопом, убедительно указывают на то, что эти клетки наделены каким-то индивидуальным интеллектом. Они выполняют свою работу без нашей помощи или сознательной воли. Но, тем не менее, на них сильно влияют различные состояния ума. Хотя их деятельность, по-видимому, контролируется симпатической нервной системой, они поддерживают прямую телеграфную связь со штаб-квартирой в мозге, и каждый импульс разума передается им.

Если в сознании возникает тревога и замешательство, это состояние телеграфно передается по нервным стволам и волокнам каждой клетке тела, и в результате эти маленькие рабочие и солдатики впадают в панику и неспособны правильно выполнять свои многочисленные обязанности.

Клеточная система организма напоминает огромную армию. Во главе ее стоит разум. В камерах находятся солдаты, разделенные на группы для специальной работы.

Большая часть работы армии осуществляется через различные хорошо зарекомендовавшие себя подразделения, такие как комиссариат, госпитальная служба, скауты и пикеты и т.д. Хотя жизнь и деятельность армии настолько хорошо регламентированы, что кажутся автоматическими, тем не менее многое зависит от командира.

Жизненно важные процессы человеческого организма - пищеварение, ассимиляция, элиминация, дыхание, циркуляция крови и т.д. - Происходят помимо нашей воли, независимо от того, бодрствуем мы или спим. Эти произвольные действия стимулируются симпатической нервной системой, в то время как произвольные функции организма контролируются через двигательную [произвольную] нервную систему. Это разделение, однако, не является резким, и два отдела часто накладываются друг на друга.

Симпатическая нервная система напоминает армейский комиссариат, который заботится о материальном благополучии солдат, в то время как двигательная нервная система со штаб-квартирой в головном мозге соответствует командиру с его исполнительным персоналом, нервные центры в спинном мозге и других частях тела являются подчиненными офицерами на местах.

В то время как физическое благополучие армии зависит от почти автоматической работы различных ее подразделений, ее разумом и душой является человек, командующий ею. Он определяет дух, энергию и эффективность огромной организации.

Если главнокомандующему не хватает проницательности, силы и решительности, дисциплина в армии ослабнет, а ее эффективность значительно снизится. Если он труслив, без веры в себя и в дело, которое он представляет, его недостаток мужества, его сомнения и нерешительность сообщатся всей армии, что приведет к унынию и поражению.

Самыми успешными командирами были те, кто обладал абсолютной уверенностью в себе и в боеспособности своей армии, кто перед лицом серьезнейшей опасности и обескураживающих ситуаций шел к намеченной цели с упорным мужеством и решимостью. Решимость и упорство такого рода создают магнетическую силу, которая передается каждому отдельному солдату в армии и делает его добровольным подчиненным, даже до смерти, воле своего командира.

Когда чума вторглась в армию Наполеона, этот великий генерал входил в больницы, где лежали жертвы чумы, брал их за руки и беседовал с ними. Он сделал это, чтобы преодолеть страх в сердцах своих солдат и таким образом защитить их от страшной болезни. Он сказал: "Человек, чья воля может покорить мир, может победить чуму".

На мой взгляд, это было одно из величайших деяний корсиканца. В то время, когда "Новая мысль" была практически неизвестна, гений этого человека постиг ее принципы и сделал их факторами своего очевидного успеха. "Очевидный", потому что, хотя мы восхищаемся его гением, мы сожалеем о целях, к которым он применил свои замечательные способности.

Временами, когда битва казалась проигранной, Наполеон отправлялся на фронт, где опасность была наибольшей; и один только вид его измученных солдат под его командованием вдохновлял на сверхчеловеческие усилия и окончательную победу.

Пока его окружал ореол непобедимости, Наполеон был непобедим, потому что он вселял в своих солдат веру и мужество, которым ничто не могло противостоять. Но когда хитрость русского сломила его мощь и проредила его ряды в скованных льдом степях, гипнотические чары тоже были разрушены. Как друзья, так и враги понимали, что, в конце концов, он был всего лишь человеком, подвластным случаю и обстоятельствам; и с того времени он был уязвим и терпел поражение за поражением.

Власть разума над физическим телом и его произвольными функциями (функциями, которые регулируются и контролируются симпатической нервной системой) может быть проиллюстрирована продемонстрированными фактами гипноза. Используя свое собственное воображение и силу воли, гипнотизер может настолько доминировать над мозгом, а через мозг - над физическим телом своего субъекта, что воздействует не только на сенсорные функции, но также на работу сердца и дыхание. Силой своей воли гипнотизер способен замедлить или ускорить пульс и дыхание и даже приглушить сердцебиение так, что оно становится едва уловимым.

Если таким образом возможно контролировать силой воли жизненно важные функции в теле другого человека, то должно быть возможно контролировать и эти функции в наших собственных телах. Многие индуистские факиры и йоги развили эту власть ума над физическим телом в изумительной степени.

Здесь лежит истинная область психотерапии. Мы можем научиться доминировать и регулировать жизнедеятельность и жизненные потоки в наших телах так, чтобы они выполняли свою работу разумно и безмятежно даже в условиях стресса, вызванного болезнью или опасностью. Мы можем силой воли направить жизненные токи к тем частям и органам, которые в них больше всего нуждаются, и мы можем облегчить перегруженные участки, выровняв кровообращение, используя избыток крови и нервных токов и распределяя жизненно важные жидкости по другим частям тела.

Однако мы должны быть осторожны, чтобы использовать наши высшие силы в соответствии с замыслом Природы; то есть мы не должны пытаться подавить усилия Природы по очищению и исцелению. Это можно сделать силой воли, а также с помощью пакетов со льдом и лекарств.

Умственно и эмоционально, так же как и физически, мы должны работать с Природой, а не против нее. Когда мы понимаем фундаментальные законы болезни и лечения, мы не можем поступать иначе.

Глава XXXIX

КАК НАМ МОЛИТЬСЯ?

Скажем ли мы: "Отец, дай мне этого, Отец, сделай для меня то!"? Или скажем: "Вот, я совершенен! Несовершенство, грех и страдание - это всего лишь ошибки смертного разума!"?

Или мы должны молиться: "Отец, дай мне от Твоей силы, чтобы я мог жить в согласии с Твоим законом, ибо только так все хорошее придет ко мне!"?

Первый способ - попрошайничать, второй - воровать, третий - зарабатывать честным трудом.

"Отец, дай мне это!" — "Отец, сделай для меня то!" Так молились наши отцы, не понимая великого закона компенсации, закона отдачи и получения, который требует, чтобы мы отдавали эквивалент за все, что получаем. Получать, не отдавая, - значит выпрашивать.

Лилия, в обмен на питание, которое она получает от почвы и солнца, дарит свою красоту и аромат. Воздушные птицы добывают себе пропитание своими песнями, красотой оперения и уничтожением червей и насекомых, врагов растений и людей. Каждое живое существо тем или иным образом дает эквивалент своему существованию.

У Человека исполнение закона служения и вознаграждения становится сознательным и добровольным, и его самоуважение отказывается брать, не отдавая.

"Узрите, я совершенен! Несовершенство, грех и страдание - это всего лишь ошибки смертного разума!" Такова молитва некоторых метафизических целителей.

Присваивать себе благость и совершенство без серьезных усилий развить в себе эти качества и заслужить их - значит красть славу единственного Совершенного. Допущение настоящего совершенства исключает необходимость стремиться и трудиться для его достижения. Если я уже являю собой всю доброту, всю любовь, всю мудрость и всю силу, то к чему мне остается стремиться?

В этом заключается опасность метафизического идеализма. Хотя это может рассеять пессимизм, страх и тревогу, это неизбежно ослабляет силу воли и способность к самопомощи и личным усилиям.

Идеал метафизика - это идеал животного. Животное не беспокоится о добре или зле и, за редким исключением, не заботится о будущем. Его заботливость и предусмотрительность распространяются только на следующий прием пищи. Но эта совершенная, идеальная, пассивная вера в щедрость Природы заставляет животное оставаться животным и мешает ему подняться над узкими рамками привычки и инстинкта.

Врожденные способности и могущество человеческой души могут быть развиты только усилием и использованием. Дикарь, живущий в наиболее благоприятных регионах земли, зависящий в своем пропитании от совершенной веры в никогда не иссякающую щедрость Природы, остался дикарем. На протяжении веков он лишь немногим поднимался над уровнем погибающих зверей.

Великий закон использования предписывает, что те способности, которые мы не развиваем, остаются в бездействии, а те, которыми мы обладаем, ослабевают и атрофируются, если мы не в состоянии их использовать.

Учитель Иисус подчеркивал этот закон использования во многих своих притчах и изречениях.

"Ибо всякий, кто имеет, тому дано будет, и у него будет еще больше изобилия; а кто не имеет, у того отнимется и то, что он имеет".

Что это значит? Те, у кого есть желание и воля осуществить свое собственное спасение, приобретают большее знание и силу в точной пропорции к своим хорошо направленным усилиям; но те, у кого нет ни желания, ни воли помочь себе самим, теряют свои естественные дарования и возможности, которые они могли бы им предоставить.

Анатомия и физиология человеческого мозга показывают тот факт, что для каждой произвольной способности, умения и могущества тела, ума и души, которые мы хотим развить, мы должны создать новые клетки и центры в мозге. В этом отношении Природа дает нам не больше и не меньше того, чего мы заслуживаем и ради чего трудимся. Если мы "попытаемся схитрить", узурпировав совершенство и силу, которые мы не заработали честным путем и не развили в себе, тогда когда-нибудь, где-нибудь нам придется "уравновесить баланс".

Как правильно молиться

В конце концов, единственная истинная молитва - это личные усилия и самопомощь. Это не означает, что мы не должны призывать на помощь Высшие Силы, тех, кто был до нас, Великих Друзей и Невидимых Помощников, а также Великого Отца, подателя всей жизни, всей мудрости и всего могущества. Но мы должны молиться о том, чтобы у нас были силы выполнять нашу работу, а не о том, чтобы ее делали за нас. Мудрый родитель не будет выполнять за ребенка домашние задания, порученные ему в школе. Ни высшие силы, ни Великие Друзья не будут выполнять за нас возложенные на нас задачи.

Эта жизнь - школа личных усилий. Если бы это было не так, жизнь была бы бессмысленной. От колыбели до могилы наши дни - это одно непрерывное усилие учиться, приобретать, преодолевать трудности. Только таким образом мы можем развить наши скрытые способности и мощь. Их нельзя развить, выполняя за нас наши задачи или предполагая, что мы уже все знаем и обладаем всем.

Спортсмен должен тренироваться сам. Никто другой не может сделать это за него. Осознание превосходства над своим противником значительно разовьет гибкость его тела и силу мышц. Безусловно, вера и мужество необходимы для победы, но они должны подкрепляться тщательными и упорными тренировками. Одно лишь тщеславное хвастовство не приведет к победе в состязании.

Итак, в жизненной битве, чем больше мы верим в Бога, в Великих Друзей и в свои собственные силы, тем шире мы открываемся для притока мудрости и силы от всего, что есть хорошего, истинного и могущественного во вселенной. Но только благодаря настойчивым и целенаправленным усилиям мы можем контролировать силы и создавать материалы, которыми Природа так щедро одарила нас.

Творческая воля, приводимая в действие желанием и просвещаемая разумом, вносит порядок и гармонию из хаотических сил и материалов. И все же некоторые метафизики говорят нам, что мы сами ничего не должны делать для преодоления слабости, греха и страдания, что мы должны полностью полагаться на эффективность метафизических формул, что божество и силы Природы ревниво относятся к нашим личным усилиям, что мы не должны пытаться помочь себе, чтобы не лишиться их доброй воли.

Разве не кощунственно предполагать, что Бог обвинил бы нас и отказал в своей помощи из-за того, что мы осмелились использовать способности и могущество, которыми он нас наделил? Вы говорите: "Никто не настолько глуп, чтобы заявлять о таких вещах". Но это учение могущественного культа исцеления. Его членам запрещено, под страхом исключения, использовать для лечения человеческих недугов самые невинные природные средства. Постановка клизмы или регулирование диеты, основанное на здравом смысле, считаются достаточными для того, чтобы свести на нет силу их метафизических формул и помешать действию целительных сил Природы.

Одна из наших пациенток, которая проходила такое лечение до тех пор, пока не оказалась при смерти, рассказала нам впоследствии, что ее кишечник часто не опорожнялся в течение недели, и что, когда она пожаловалась своему "целителю" на это состояние и попросила разрешения сделать клизму, он ответил ей: "Не обращайтесь внимания. Господь заботится об этом каким-то другим способом".

Человек, сказавший это, был выдающимся врачом-аллопатом до того, как стал "целителем". Он тоже, как и многие другие, не знающие простых законов Природы, бросался из одной крайности в другую, от аллопатического переутомления к метафизическому недоумению. В данном случае Господь "позаботился" о кишечнике пациентки до тех пор, пока она не слегла с тяжелым приступом аппендицита и перитонита.

Несмотря на все крайности, Nature Cure указывает срединный путь, основанный на здравом смысле. Основывая свое учение и свои практики на четком понимании законов здоровья, болезней и излечения, она воздерживается от подавления острых заболеваний ядовитыми лекарствами или ножом, понимая, что на самом деле это очищающие и целебные усилия Природы. Оно также не сидит сложа руки и не ожидает, что Господь, или метафизические формулы, или пузырек с лекарством, или нож сделают нашу работу и исправят наши нарушения законов Природы.

Понимая Закон, Nature Cure верит в сотрудничество с законом, в протягивание Господу руки помощи. Она учит, что "Бог помогает тому, кто помогает себе сам", что Он не разгневается и не откажется от Его помощи, если Его дети правильно используют разум, силу воли и самоконтроль, которыми он их наделил, чтобы они могли достичь своего собственного спасения.

Лечение природой от начала до конца - это одна великая, истинная молитва. Она учит Закону на всех планах бытия, физическом, ментальном, моральном и духовном; и она настаивает на том, что единственный способ достичь совершенного здоровья тела, ума и души - это соблюдать закон в меру своих возможностей. Когда мы делаем это, мы полностью соглашаемся с созидательным принципом Природы, и в точной пропорции к нашему разумному и добровольному сотрудничеству с законами нашего существа все хорошее придет к нам.

Поэтому мы молимся: "Отче, дай мне от Твоей силы, чтобы я мог жить в согласии с Твоим законом, ибо только так все хорошее придет ко мне".

Глава XL

Научная Релаксация и нормальное Внушение

Под напряжением повседневной суеты и беспокойства ваши нервные вибрации склонны становиться все более и более интенсивными и возбужденными. Они убегают с тобой до тех пор, пока, как говорится, "ты весь не разлетишься на куски".

Хорошую иллюстрацию этого состояния нервной системы можно найти в упряжке лошадей, шарахающихся от какого-либо предмета на своем пути. Охваченный паникой возница бросает поводья, испуганные лошади сжимают удила в зубах и сломя голову несутся по дороге, пока их хозяин не берет себя в руки, не останавливает животных в их бешеном беге и не заставляет их вернуться к обычному темпу.

Таким образом, взвинченный, сверхчувствительный человек должен обрести контроль над своей нервной системой и подчинить свою безудержную умственную и эмоциональную деятельность спокойным, гармоничным вибрациям.

Этого можно добиться, обеспечив себе достаточный отдых и сон в надлежащих условиях и постоянно практикуя научную релаксацию.

"Нервный" человек легко возбуждается. Сравнительно незначительные вещи могут вызвать вспышку сильного раздражения или эмоциональной гиперактивности.

Обычно жертва неуравновешенных нервов относится к высоконервному, чувствительному типу, от природы склонному к более быстрым вибрациям на всех планах, способному к большим достижениям, чем флегматичный, тяжелый, медленно вибрирующий человек, который не знает, что у него вообще есть нервы, но он также подвергается большей опасности умственного и эмоционального перенапряжения и физического истощения в результате чрезмерного и неконтролируемого расхода жизненной силы и нервной энергии.

Расслабление во время работы

На первый взгляд это выражение может показаться парадоксальным, но опыт научит, что выполнять свою работу в расслабленном и безмятежном состоянии тела и ума не только возможно, но и абсолютно необходимо. Тогда самый напряженный физический или умственный труд не вызовет такого сильного переутомления, как легкая работа, выполняемая в состоянии нервного напряжения, раздражительности, капризности или беспокойства.

Расслабление во время работы требует планирования и системы. Большинство нервных срывов являются результатом не столько переутомления, сколько потери жизненных сил из-за отсутствия упорядоченной процедуры. Поэтому потратьте некоторое время на планирование и организацию своей работы и сформируйте привычку выполнять определенные вещи, которые должны выполняться каждый день как можно более одинаковым образом (убедившись, что это правильный способ) и в одно и то же время дня. Такая упорядоченная система вскоре станет привычной и приведет к экономии большого количества ценного времени и энергии.

Всегда развивайте в себе безмятежный и жизнерадостный настрой ума и души, принимая все, что приходит, как часть повседневной работы, делая все возможное в сложившихся обстоятельствах, но абсолютно отказываясь беспокоиться и тревожиться по любому поводу. Не переходите мост, пока не доберетесь до него, и не тратьте время на сожаления о том, чего нельзя отменить.

Расслабление сидя

Сядьте прямо в удобное кресло, не напрягаясь, позвоночник и голова выпрямлены, ноги образуют прямой угол с бедрами (стул не должен быть ни слишком высоким, ни слишком низким), ступни твердо стоят на полу, пальцы ног слегка направлены наружу, предплечья слегка опираются на ноги, ладони на коленях. Это должно быть достигнуто без усилий, ибо усилие означает напряжение.

Отбросьте все мысли о спешке, заботе, беспокойстве или страхе и сосредоточьтесь на следующих мыслях:

"Сейчас я полностью расслаблен телом и умом. Я восприимчив к гармоничным и бодрящим вибрациям Природы — они рассеивают диссонирующие и разрушительные вибрации спешки, беспокойства, страха и гнева. Новая жизнь, новое здоровье, новая сила входят в меня с каждым вздохом, пронизывая все мое существо".

Повторите эти мысли мысленно или, если это поможет вам, произнесите их вслух несколько раз, тихо и убедительно, глубоко запечатлевая их в своем внутреннем сознании.

После практики расслабления таким образом, прилягте отдохнуть несколько минут — если позволяют обстоятельства - или попрактикуйтесь в ритмичном дыхании (см. Главу Двадцать восьмую). Затем вернитесь к своей работе и постарайтесь сохранять спокойное, доверчивое, контролируемое состояние ума.

Если вы склонны быть раздражительным, подозрительным, ревнивым, придираться, завистливым и т.д., сосредоточьтесь на следующих мысленных картинах:

"Сейчас я полностью расслаблен, пребываю в покое и умиротворении. Мир - это эхо. Если я посылаю раздражительные, подозрительные, ненавистные мысленные вибрации, подобные им вернутся ко мне из других умов. Я больше не буду думать о таких мыслях. Бог - это любовь, любовь - это гармония, счастье, небеса. Чем больше я посылаю Любви, тем больше я похож на Бога; тем больше любви Бог и люди вернут мне; тем больше я осознаю истинное счастье, истинное здоровье, истинную силу и истинный успех".

Расслабление Перед сном

Когда будете готовы ко сну, лягте ровно на спину, чтобы как можно ближе каждая часть позвоночника касалась кровати, вытяните руки вдоль туловища, кисти повернуты вверх, ладони раскрыты, каждый мускул расслаблен. Выбросьте из головы все мысли о работе, раздражении или тревоге. Скажите себе: "Сейчас я буду спать крепко и безмятежно. Я хозяин своего тела, своего разума и своей души. Ничто злое не потревожит меня. В ... час ночи, ни раньше, ни позже, я проснусь отдохнувшим и освеженным, сильным телом и разумом. Я быстро и безмятежно справлюсь с завтрашними задачами и обязанностями".

Какой бы простой ни казалась эта формула, она помогла излечить множество случаев постоянной бессонницы и нервной протрации. Установив таким образом свой мысленный будильник, потренировавшись несколько раз, вы сможете просыпаться без вызова в назначенное время и продемонстрировать себе власть своего разума над своим телом.

Качество вашего сна и его воздействие на ваш организм зависят от характера ментальных и психических вибраций, вносимых в него. Если вы питаете мысли о страсти, беспокойстве или страхе, эти разрушительные мысленные вибрации потревожат ваш сон, и вы проснетесь утром слабыми и усталыми. Однако, если вы будете повторять мысленно формулу, подобную приведенной выше, предлагая гармоничные, конструктивные мысли, пока не потеряете сознание, вы внесете в свой сон вибрации покоя, здоровья и силы, оказывая соответствующее воздействие на физический организм.

После достижения совершенно расслабленного состояния тела и ума нет необходимости оставаться лежащим на спине. Затем можно принять любое положение тела, которое кажется наиболее благоприятным для отдыха.

Мои пациенты часто спрашивают, в каком положении тела лучше всего спать. Нехорошо постоянно лежать в каком-либо одном положении. Это, как правило, приводит к несимметричному развитию различных частей тела и неблагоприятно влияет на функции различных органов. Лучше всего время от времени переходить из одной позы в другую, поскольку телесный комфорт, по-видимому, указывает на это и требует этого.

Многие люди беспокоятся, если сон приходит не так быстро, как хотелось бы. Они представляют себе в самых мрачных красках ужасные последствия бодрствования. Такое состояние ума делает сон невозможным. Если продолжать в том же духе, это неизбежно приведет к хронической бессоннице.

Вместо того чтобы предаваться болезненному беспокойству, скажите себе: "Мне все равно, сплю я или нет! Хотя я не сплю, я лежу здесь совершенно расслабленный, в покое и умиротворении. Я укрепляюсь и отдыхаю, оставаясь в состоянии мирного расслабления".

Однако "мне все равно" должно действительно подразумеваться и ощущаться, а не быть просто механическим повторением слов.

Ничто так не способствует засыпанию, даже в самых тяжелых обстоятельствах, как такое отношение ума "мне-все-равно". Попробуйте, и велика вероятность, что просто потому, что вам все равно, вы быстро заснете.

Глава XLI

Заключение

Наши критики говорят: "Если естественное лечение - это все, что вы заявляете о нем, почему оно не пользуется более широким признанием среди медицинской профессии и общественности?"

Самым большим недостатком распространения идеи естественного лечения является необходимость самоконтроля, которую она налагает. Если бы наши методы лечения так называемых неизлечимых болезней можно было проводить, не требуя от пациентов изменения их образа жизни, не требуя усилий с их собственной стороны, в этой стране не смогли бы достаточно быстро построить санатории с природным лечением.

Какими бы чудесными ни были результаты естественных методов, когда исследователи узнают, что лечение требует контроля над беспорядочным аппетитом и потаканием своим желаниям, а также постоянной практики естественного образа жизни и всего, что с этим связано, они восклицают: "Естественный режим, может быть, и хорош, но кто может жить в соответствии с ним? Вы просите невозможного. Вы ищете совершенство, которого не существует. Ваши указания требуют силы воли и самоконтроля, которыми никто не обладает".

Однако, к счастью, это неправда. Природа человека достаточно хороша и сильна, чтобы подчиняться законам Природы. Более того, естественные способы в конечном итоге должны быть самыми приятными, иначе Природа - это обман. Истинное наслаждение жизнью и счастье невозможны без совершенного физического, психического и нравственного здоровья, а это зависит от естественного образа жизни и естественного лечения человеческих недугов.

Укрепление силы воли и самоконтроля

Если бы мне задали вопрос: "Какую, по вашему мнению, наибольшую пользу можно извлечь из режима естественного лечения?" Я должен был бы ответить: "Укрепление силы воли и самоконтроля".

В этом заключается сама цель жизни. От этого зависят все дальнейшие достижения.

Самоконтроль - это ключ учителя ко всему высшему развитию на ментальном, моральном и духовном планах бытия; но прежде чем мы сможем применять его на высших планах, мы должны научиться применять его на низшем плане, в управлении нашими физическими аппетитами и привычками. Когда мы научимся контролировать их, более высокое развитие придет легко.

Хорошим методом укрепления силы воли является самовнушение. Наиболее подходящие моменты в течение двадцати четырех часов в сутки для практики этой ментальной магии - перед отходом ко сну. В это время наблюдается наименьшее беспокойство и вмешательство со стороны влияний извне, разум наиболее пассивен и восприимчив к внушению, а впечатления, произведенные в этих благоприятных условиях на "граммофонных пластинках" подсознания, являются наиболее длительными и наиболее мощными для контроля физической, умственной и моральной деятельности.

Когда вы полностью расслабитесь, обретете покой и умиротворение, скажите себе: "Какие бы обязанности ни стояли передо мной завтра, я выполняю их быстро, без колебаний. Я не поддаюсь этой дурной привычке, которая управляет мной. Я буду делать только то, что одобряют разум и совесть".

Чтобы быть более конкретным и систематичным и получать результаты более уверенно и быстро, концентрируйтесь на одном слабом месте за раз. Когда это преодолено, беритесь за другое, пока таким образом вы не достигнете совершенного контроля над своими мыслями, чувствами и действиями.

Предположим, у вас вошло в привычку оставаться в постели и дремать после того, как ваш мысленный будильник подал сигнал к пробуждению, и вы боитесь тратить силы на утреннюю зарядку и омовение. Затем накануне вечером глубоко и твердо внушите подсознанию следующие внушения: "Завтра утром, проснувшись, я без колебаний выпрыгну из постели и с энтузиазмом и энергией выполню свою утреннюю зарядку".

Или, предположим, вы подвержены привычке бояться и беспокоиться. Скажите себе: "Завтра или в любое время после этого, когда угнетающие, мрачные мысли будут угрожать овладеть мной, я преодолею их с помощью мыслей о надежде и вере и с абсолютной уверенностью в Божественной силе воли внутри меня, позволяющей преодолевать и достигать".

Таким образом вы можете давать подсознанию советы и внушения для преодоления вредных привычек и для установления и укрепления хороших привычек.

Если перед вами стоит серьезная проблема, и вы не в состоянии решить ее к своему удовлетворению, подумайте об этом непосредственно перед отходом ко сну и уверенно требуйте, чтобы правильное решение пришло к вам в часы отдыха. Внутреннее сознание всегда бодрствует. Это сторож, который будит вас в назначенное время утром. Он будет работать над вашей проблемой, пока ваш физический мозг спит. В этом заключается психологическое обоснование популярной фразы: "Прежде чем я решу вопрос, я выплусь".

В практике ментальной магии, как и во всем остальном, успех зависит от терпения и настойчивости. Было бы совершенно бесполезно выполнять эти умственные упражнения время от времени и бессистемно; но если их выполнять добросовестно и разумно, они окажут поистине волшебное воздействие на развитие силы воли и самоконтроля, а от них зависит умение справляться с внутренними и внешними условиями, покорение судьбы. **МОНОЛОГ БОЛИ**

Автор: Си Джей Бьюэлл, президент Миннесотской лиги здоровья

Я

Я — Боль - большинство людей ненавидят меня,
Считай меня жестоким, называй бессердечным,
Изучай способы подкупить и одурачить меня,
Старайся любыми способами убить меня,
Накачивают себя анестетиками,
Набивают себе рот патентованными лекарствами,
Вызови доктора с его ядами,
Обратитесь к целителю Христианской науки,

Бей тамтамом дикаря,
Постройте алтарь, воскурите благовония,
Стремись утолить гнев дьяволов,
Молитесь святым, и Богам, и ангелам;
Не для того, чтобы вылечить внутренние болезни,
Не для того, чтобы очистить их,
Просто чтобы унять боль, которая причиняет им боль,
Просто для того, чтобы убить гида, который их предупреждает.

II

Мне больно, но когда ты узнаешь меня,
Когда ты однажды узнаешь мой секрет,
Как я прихожу, чтобы помочь и благословить тебя,
Предупреждать вас, направлять вас, учить и вести за собой
Когда ты узнаешь мою любящую натуру,
Как поначалу я нежно уколол тебя,
Слегка уколую тебя в назидание,
Надеясь таким образом, благодаря любезному напоминанию,
Ты услышишь мой голос —
Уверен ли я, что, когда ты узнаешь меня,
Тогда ты с радостью обнимешь меня,
Называй меня другом и приветствуй меня,
Позвони мне, друг, и спроси мое сообщение.

III

Это послание, которое я хотел бы донести до тебя,
Это причина моих визитов,
Это предупреждение, которое я хотел бы дать тебе,
Вот секрет, которому я хотел бы тебя научить:
Когда ты научишься жить как Природа
По своей великой и безграничной милости,

В своей нежной, любящей доброте,
В своей мудрости и доброте
Означало, что люди должны жить и трудиться,
Когда ты научишься избегать обходных путей
Приводит к порочным привычкам,
Когда ты научишься беречь свое тело
Сильный и чистый, непорочный и активный,
Дайте ему работать в нужной пропорции,
Дайте ему воздух, пищу и воду,
Подходит для построения каждого его члена,
Подходит для питания всех функций,
Когда вы учите свой разум и дух
Питать чистые и благородные мысли,
Изгони страх, ненависть и злобу,
Берегите любовь и добрые побуждения,
Когда ты усвоишь все то, что я тебе рассказал,
~ Когда ты знаешь их, когда ты их выполняешь,
~ Тогда я уйду и покину тебя,
Тогда боль больше не понадобится.

IV

Значит, это и есть истина, которую я приношу тебе,
Что я причинил тебе боль, но хотел предупредить тебя,
Не для того, чтобы причинить тебе вред, а для того, чтобы исцелить тебя,
Что я пришел направлять и учить вас.
Я самый благословенный ангел Божий,
Послан указать путь к добродетели,
Послан учить благороднейшему мужеству,
Послан, чтобы наполнить разум мудростью,
Послан, чтобы пробудить душу к действию.

V

Люби меня, доверяй мне, прислушайся к моему посланию;

Я принесу вам мир и благословлю вас!